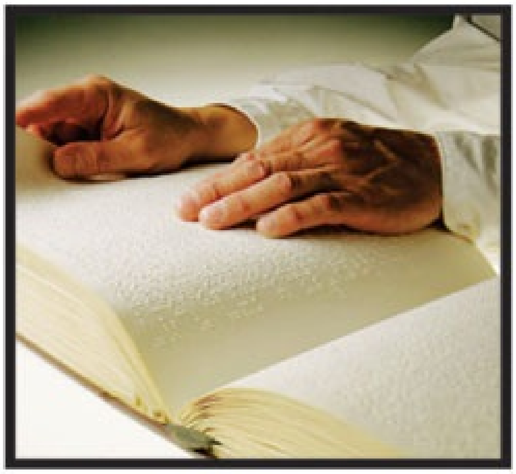
RONALD GROSS

Sách bỏ túi

NGƯỜI THÔNG MINH HỌC TẬP NHƯ THẾ NÀO?







PEAK LEARNING

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG - XÃ HỘI
alphabooks®
knowledge is power

MỤC LỤC

LỜI TỰA

Các bạn độc giả thân mến!

"Sách bỏ túi" - một trong những dòng sản phẩm mới của Alpha Books - xuất hiện trên thị trường sách Việt Nam năm 2011 đã mang đến cho bạn trẻ cơ hội tiếp cận những cuốn sách hay và hữu ích với mức giá vừa phải. Nỗ lực của chúng tôi đã được các bạn hào hứng đón nhận với các cuốn sách như: *Cú đánh thức tỉnh trí sáng tạo, Bạn có thể đàm phán bất cứ điều gì, Kinh tế học hài hước, Bí mật của một trí nhớ siêu phàm, v.v...*

Tiếp tục nỗ lực đó, cùng với sự hưởng ứng nhiệt tình của độc giả, chúng tôi xin gửi tới các bạn ấn phẩm *Peak learning* - cuốn sách mà chúng tôi chọn tên là *Người thông minh học tập như thế nào*? Đây là cẩm nang hữu ích cho tất cả những ai muốn tìm kiếm phương pháp học tập mới, hiệu quả hơn, phát triển toàn diện hơn và học tập suốt đời. Trong bối cảnh đổi mới việc học tập đang diễn ra trên cả nước, cuốn *Người thông minh học tập như thế nào?* sẽ hữu ích đối với các độc giả, đặc biệt là những người đang mong muốn có cách học sáng tạo, đạt kết quả cao.

Alpha Books xin trọng giới thiệu với độc giả!

Tháng 3/2012

CÔNG TY SÁCH ALPHA

LỜI NÓI ĐẦU

Cuốn sách này được viết nhằm mục đích rất đơn giản: Tôi mong muốn thay đổi những quan niệm của các bạn về phương pháp học tập. Tôi muốn chỉ cho bạn cách tạo cho mình một phong cách học tập nhanh, hiệu quả, toàn diện, có năng suất cao, và thú vị hơn nhiều những gì bạn đã biết. Tôi muốn chỉ cho các bạn thấy cách học tập suốt đời.

Hệ thống các phương pháp học tập đỉnh cao được miêu tả ở đây là tập hợp cách thức bạn có thể sử dụng để đạt được những kỹ năng học tập rộng, sâu và phù hợp với cá nhân hơn bất cứ phương pháp nào bạn từng thử nghiệm trong quá trình học tập trước đây. Mỗi ngày qua đi đều có thể trở thành một cuộc hành trình đầy ắp khám phá, với những cơ hội thu nạp thêm kinh nghiệm và kiến thức, tạo dựng thêm nhiều mối quan hệ mới và thấy được những khuôn mặt mới của bản thân cũng như thế giới quanh bạn. Thay vì phải nỗ lực để theo đuổi những cách học thông thường, bạn có thể biến mỗi tháng qua đi trở thành một cột mốc đánh dấu quá trình thám hiểm, tìm tòi và phát triển liên tục không ngừng của bạn.

Phương pháp học tập đỉnh cao là cách thức học tập mới mẻ ngày càng được các nhà giáo dục công nhận là cần thiết cho mọi cá nhân. Đây là một chương trình tự định hướng sự phát triển của mỗi cá nhân. Điều đó nghĩa là nắm bắt những kỹ năng mới để hiểu bản thân mình và thế giới - thứ tài sản đích thực mà có thể bạn chưa bao giờ đánh mất. Đó là sự đầu tư vào chính bản thân mình để tận dụng tốt hơn cơ hội phát huy hết năng lực của mình.

Ban đầu, rất nhiều người gặp rắc rối với ý tưởng tự định hướng việc học tập, bởi vì họ được đào tạo trong một xã hội mà kiến thức thu được chỉ ngang bằng với những điều được dạy trong trường học. Họ tin rằng cách học đúng nhất là ngồi trong lớp học nghe thầy cô giảng bài, xem sách giáo khoa, nghe lời những chuyên gia uy tín, đọc phần tài liệu được giao, ghi nhớ những thông tin nhàm chán, cũ rích cần cho những bài kiểm tra và thi lên lớp.

Nhưng trong phương pháp học tập đỉnh cao không tồn tại cách học có chủ ý bắt buộc hay phải ghi nhớ những điều người khác nói với bạn, hay theo đuổi một hệ thống môn học cố định mà một số trường cho là quan trọng. Thay vào đó là một phương pháp học tập độc lập, không ràng buộc, không bị thể chế hoá và đó chính là cách giáo dục đúng đắn nhất hiện có. Từ những quan điểm và kỹ thuật được miêu tả trong những chương sau đây, các bạn có thể tự mình đạt được những điều sau:

Sự tự tin mới mẻ về bản thân bạn như là một người có khả năng tự học. Bạn sẽ từ bỏ được những quan điểm sai lệch và cách học tự hạn chế bản thân đã đeo bám bạn từ ngày còn ngồi trên ghế nhà trường. Bạn được thử nghiệm phương pháp học tập mới - một con đường rộng mở hướng bạn trở thành mẫu người bạn mong muốn.

Những kỹ năng học tập đầy hiệu quả dựa trên khám phá mới về cách thức hoạt động của não bộ và các phương pháp bạn áp dụng khám phá đó cho phong cách học tập của riêng mình. Để phát triển phong cách học tập của riêng bạn, bạn cần phải tìm hiểu xem làm thế nào để mình có thể học tốt nhất và làm sao có thể sắp xếp việc học tập của mình đạt hiệu quả cao, dễ dàng và hứng thú nhất.

Những cách thức để tìm nguồn tài liệu học tập từ khắp nơi trên hành tinh luôn sẵn sàng khi bạn cần đến chúng. Bạn sẽ khám phá ra cách sử dụng kiến thức trong "trường đại học vô hình", nơi tập hợp vô số nguồn thông tin, những lời khuyên và sự trợ giúp cho bạn trong học tập.

Những hướng dẫn chi tiết sẽ cho phép bạn ứng dụng những kỹ năng học tập đó trong chính cuộc sống của mình. Khi đọc cuốn sách này, bạn sẽ tìm thấy những bài tập giúp bạn biến kỹ năng học tập trở thành một phần trong hoạt động hàng ngày của bạn. Tự mình ứng dụng chúng sẽ giúp bạn thấu hiểu và cảm thấy thích thú hơn tất cả những chỉ dẫn trừu tượng mang nặng tính lý luận.

Tôi có cảm hứng viết cuốn sách này từ một loạt trải nghiệm phương pháp học tập đỉnh cao trong cuộc đời mình. Đó là những lúc tôi thu được kiến thức, hiểu biết hay tri thức có tác dụng làm thay đổi sâu sắc con người tôi.

Những trải nghiệm đầu tiên là với cha tôi, ông Michael Gross,

một người tự học theo phong cách riêng, tự đào tạo mình có được trình độ kiến thức cao nhất ở bậc đại học (sau khi bỏ học ở trường từ năm lớp 6). Cha đã cho tôi thấy chúng ta có thể học được bao nhiêu điều trên xe điện ngầm từ nhà tới công sở và từ công sở về nhà, hay trong phòng đọc sách của thư viện công cộng lớn nằm trên phố 42 ở đại lộ 5.

Trải nghiệm thứ hai về phương pháp học tập đỉnh cao đến với tôi khi tôi đang làm việc tại Ban giáo dục của quỹ Ford và viết một số sách về cải cách trường học vào các buổi tối. Chính vào thời điểm đó tôi đi đến kết luận rằng nâng cấp trường học và cao đẳng, thậm chí với nguồn trợ cấp đáng kể, cũng không phải là lời giải cho các vấn đề giáo dục. Thay vào đó, giáo dục cần phải trở thành hoạt động kéo dài suốt đời trong toàn thể xã hội. Con người ở mọi lứa tuổi và trong mọi hoàn cảnh sống đều cần được trợ giúp để có khả năng học tập, thay đổi và phát triển.

Tôi đã thành lập một khoá học thử nghiệm tại Đại học New York - khoá học đại học đầu tiên không có giáo trình cụ thể, không có sách giáo khoa, không có những bài giảng được soạn sẵn cũng như không có các kỳ kiểm tra và không phân chia thứ hạng. Thay vì cho sinh viên học những gì giáo viên muốn dạy, chúng tôi giúp họ học những gì họ muốn. Thử nghiệm học tập, theo nghĩa nào đó, là khoá học cho những người tốt nghiệp chỉ bằng việc tham gia vào khoá học mà không cần qua các kỳ thi.

Năm đầu tiên tôi làm việc với 20 người, từ những tiến sĩ khoa học đến những học sinh trung học bỏ học nửa chừng, trong số đó có vài người là bạn thân nhất của tôi. Kinh nghiệm này dạy cho tôi rằng bất cứ lĩnh vực nào mà chúng ta quan tâm, với cùng những khái niệm cơ bản và cách thức áp dụng cho tất cả mọi người - chúng ta đều cần phải có mục đích, kế hoạch học tập cho phù hợp với phong cách học tập của từng người, thiết lập và truy cập nguồn dữ liệu và kiểm tra cách thức chúng ta đang tiến hành những điều đó. Tôi cũng nhận thức được rằng việc học tập suốt đời là điều hoàn toàn có thể và cực kỳ thoải mái, nhưng nó đòi hỏi đi kèm những kỹ năng mới cùng những sáng kiến mới. Những học viên xuất sắc cần có kỹ năng đặc biệt để kiểm soát sự tiến bộ của bản thân suốt đời

Cuối cùng, tôi cũng trở thành Tổng biên tập của tờ *Adult and Continuing Education Today* (Học tập suốt đời dành cho người đã

trưởng thành). Tôi đã có cơ hội được gặp, được giúp đỡ và học hỏi từ nhiều học viên xuất sắc nhất trên khắp nước Mỹ và ở nước ngoài. Bất cứ khi nào và ở đâu, tôi đều thấy những người đàn ông và phụ nữ sử dụng kiến thức để trở nên giàu có hơn, khoẻ mạnh hơn, thành công hơn, và sống có ích hơn. Một số những hiểu biết sâu sắc của tôi được lấy từ trong cuốn sách tôi viết năm 1977 với nhan đề *The Lifelong Learner* (Học tập suốt đời), được giới thiệu lần này để giúp truyền bá những ứng dụng của nó.

Được khuyến khích bởi những khám phá này, tôi bắt đầu mở các cuộc hội thảo, lớp học và các khoá đào tạo giáo viên. Năm 1980, tôi được Liên bang tài trợ khoản đầu tiên để điều tra về những học viên vượt trội và nhận dạng những kỹ năng và năng khiếu giúp họ học tập tốt đến như vậy. Hơn hai trăm cuộc phỏng vấn đã cho tôi câu trả lời.

Trong suốt mười năm gần đây, tôi đã áp dụng rất thành công những phương pháp này cho các học viên ở đủ mọi thành phần khác nhau, từ người đứng đầu các tổ chức, hiệp hội, người điều hành các khu vực công cộng, cho đến những người thiểu năng trầm trọng về trí tuệ và thể chất. Trong suốt một tuần tổ chức hội thảo chuyên đề thường niên, tôi thường làm việc với các nhà lãnh đạo cấp cao của McDonnell-Douglas Cooperation hay United Way of Greater New York vào thứ hai và thứ ba, và vào thứ năm hay thứ sáu thì làm việc với những cụ già hưu trí 80 đến 90 tuổi, một vài người trong số đó có dấu hiệu của căn bệnh Parkinson. Họ đều rất hứng thú học tập và sử dụng những kỹ năng cơ bản để tự chịu trách nhiệm phát triển và rèn luyện bản thân.

Khi cuốn sách này được xuất bản, băng ghi âm hướng dẫn một vài kỹ năng chính trong sách đã trở thành sản phẩm bán chạy nhất trong nước như là minh chứng cho tính hữu dụng của những phương pháp trên. Mỗi ngày có hàng nghìn người đang tìm hiểu về những phương pháp này và sử dụng chúng để có được những gì họ muốn biết và cần phải biết.

Thêm vào đó, tôi có một vài phương pháp học tập đỉnh cao phát triển khoảng chục năm gần đây trong một số lĩnh vực như phát triển con người, đào tạo trong các tổ chức kinh doanh, chính phủ, quân đội, và các liên hiệp.

Tới thời điểm này, có thể bạn sẽ thắc mắc có gì mới mẻ và khác lạ

đến vậy trong cách tiếp cận phương pháp học tập đỉnh cao tôi trình bày ở đây so với hệ thống những phương pháp học tập đỉnh cao và các học thuyết khác. Từ kinh nghiệm phát triển và ứng dụng, tôi xin đưa ra bốn lý do tại sao phương pháp học tập đỉnh cao đã chứng minh được sức mạnh và làm cho những học viên của tôi cảm thấy hứng thú nhất.

Đầu tiên, hệ thống này được thiết kế dành cho nhu cầu học tập của người trưởng thành. Bạn sẽ được lựa chọn những phương pháp và tư liệu phù hợp với dạng môn học mà bạn muốn theo đuổi. Phần lớn các hệ thống học tập khác đưa ra một biện pháp như chiếc chìa khoá dẫn đến thành công. Ví dụ như nhà giáo dục nổi tiếng Mortimer Adler sẽ nói cho bạn rằng có một môn học đáng để học hơn cả (những tác phẩm nghệ thuật kinh điển theo trường phái tự do) và cách để học môn này (thông qua đọc sách và thảo luận). Tôi tin rằng, chính bạn là người đưa ra quyết định cái gì đáng để học nhất. Theo đó, những phương pháp của tôi khuyến khích các bạn quyết định và lên kế hoạch dự định học tập của mình, cả những phương pháp và tư liệu cần thiết kèm theo. Phương pháp học tập đỉnh cao đưa ra cho bạn hệ thống công cụ để bạn quyết định cái gì giúp ích nhiều nhất cho phong cách học tập của bạn và môn học bạn muốn nghiên cứu.

Thứ hai, không giống như các hệ thống khác, phương pháp học tập đỉnh cao đề cập đến cả kỹ năng tâm lý nhằm cải thiện việc học tập và lên danh sách những nguồn tư liệu sẵn có ngày nay để khơi nguồn cảm hứng và làm giàu thêm tri thức của bạn. Việc học tập có thành công hay không phụ thuộc nhiều vào khả năng tìm kiếm thông minh tư liệu học tập tốt nhất cũng như phụ thuộc vào những kỹ năng tâm lý. Hệ thống của tôi chỉ ra cách sử dụng thế giới như một kho tư liệu học tập.

Thứ ba, phương pháp học tập đỉnh cao giúp bạn khám phá phong cách học tập cá nhân của mình. Một vài hệ thống nói đến ở trên có cân nhắc đến vấn đề này. Đối với tôi, hiểu chính bản thân mình là một lời dạy bảo cơ bản. Bởi mỗi chúng ta đều khác nhau, nên không có một phương pháp toàn năng nào khả thi nhất cho việc học tập. Phương pháp học tập hiệu quả, năng suất và thoải mái đến trực tiếp từ việc lựa chọn những phương pháp phù hợp với bạn cũng như cho môn học mà bạn muốn học.

Cuối cùng, một vài phương pháp học tập phụ thuộc chủ yếu vào

chuyên gia như giáo viên hay vào trang thiết bị đắt tiền, hoặc đôi khi cả hai. Thường thì các nhà cải cách kèm theo trong hệ thống của họ một vài yếu tố phát triển từ kinh nghiệm và phong cách riêng của bản thân mình thay vì từ những bằng chứng thực nghiệm hay học thuyết đúng đắn. Những nhân tố này có thể vô dụng, hoặc chỉ có tác dụng khi các giáo viên diễn đạt chúng.

Bằng cách tổng hợp từ nhiều nguồn tốt nhất khác nhau, cuốn *Người thông minh học tập như thế nào?* tách biệt các phương pháp khỏi những người tạo nên chúng. Trong khi tôi miêu tả nhiều loại tư liệu nguồn, bạn có thể lựa chọn để sử dụng, những điều cần thiết nhất trong phương pháp học tập đỉnh cao không yêu cầu đến các trang thiết bị đặc biệt. Bất cứ công cụ nào bạn cần đều dễ dàng tìm được ở khắp mọi nơi.

RONALD GROSS

1. HỌC TẬP ĐỈNH CAO - KỸ NĂNG CẦN THIẾT CHO HIỆN TẠI VÀ TƯƠNG LAI

Thế nào là học viên xuất sắc nhất? Đó là người có phương pháp học tập đỉnh cao - mức độ cao nhất của việc học tập. Dù khái niệm "học tập đỉnh cao" có lẽ vẫn còn lạ lẫm, nhưng bạn đã có cơ hội quen biết với những học viên xuất sắc. Cũng có thể bạn chính là một người trong số họ. Ví dụ, những thời điểm mà trí não bạn có khả năng nhanh chóng tiếp nhận lượng thông tin thú vị về chủ đề mới - cho dù đó là những công thức mới hoặc tính trung bình cộng trong nháy mắt mà không cần phải nỗ lực. Đó chính là khoảnh khắc bạn có phương pháp học tập đỉnh cao.

Có thể bạn còn nhớ người đã kể với bạn thông tin mới nhất họ vừa có được về những gì thích thú mà họ tham gia hay biết được. Khi kể lại mọi thứ trong tâm trạng phấn khích đó, sự thích thú và niềm vui sướng mà những khám phá mới đem lại cho họ dường như có thể lan toả ra khắp mọi người xung quanh. Họ là những học viên xuất sắc nhất.

Học tập đem tới cho những học viên xuất sắc nhất một cảm giác khác biệt. Ở đây vấn đề không đơn thuần là việc quay trở lại trường học, ngồi trong phòng học nghe thầy cô giáo giảng bài, và càng chẳng liên quan mấy tới bài kiểm tra và điểm số. Thay vào đó, nhu cầu tiếp thu trỗi dậy từ trong bản thân con người họ đã dẫn đến việc tự học. Cho dù xuất phát từ cảm hứng hay bị bắt buộc, tự học vẫn chứng tỏ mong muốn trở thành một nhân vật nào đó, những việc họ làm được để người khác biết về họ.

Những học viên xuất sắc nhất có vài đặc điểm nổi bật. *Thứ nhất*, họ cảm nhận được khả năng của bản thân rõ ràng nhất khi họ tiếp thu kiến thức mới. Họ sẵn sàng tiếp thu và hứng thú một cách kỳ lạ với những kinh nghiệm, ý tưởng và thông tin mới mẻ cho dù là họ thử nghiệm cách thức nấu ăn mới, nghe một nhà khoa học miêu tả công việc của cô ta hay đọc bài báo về những vụ sáp nhập công ty. Đối với họ học tập trở thành một thói quen trong cuộc sống thường ngày chứ

không phải một công việc đặc biệt. Họ thấy hãnh diện khi đối đầu với những thử thách, dù đó là một trò chơi ô chữ hay việc sử dụng thành thạo một chương trình máy tính mới.

Một đặc trưng khác của những học viên xuất sắc là họ luôn nhận thức rõ ràng rằng còn rất nhiều điều mà bản thân chưa biết, nhưng điều đó không làm họ băn khoăn lo lắng. Họ biết luôn có nhiều điều mới lạ cần học hỏi, nghiên cứu sâu hơn hay học cách thực hiện nó. Những học viên xuất sắc không hề sợ hãi trước sự kém cỏi của bản thân, họ không ngần ngại đưa ra những câu hỏi "ngốc nghếch" hay thừa nhận rằng họ chưa hiểu điều gì đó khi được giảng giải lần đầu tiên.

Những học viên xuất sắc nhất thu được khối lượng kiến thức khổng lồ từ kinh nghiệm sống và bằng phương thức mới. Họ tìm kiếm tư liệu cần thiết cho việc học tập trong một phạm vi rộng lớn thay vì từ bỏ nếu những nguồn thông tin thông thường không thể đáp ứng đề tài cụ thể.

Tự tin vào khả năng tiếp thu và học hỏi của bản thân chính là đức tính quan trọng của những học viên xuất sắc. Họ hiểu rằng một khi đã có người nắm bắt được một kiến thức nào đó thì các cá nhân khác cũng hoàn toàn có thể lĩnh hội được kiến thức đó nếu sẵn sàng học hỏi. Họ biết cách xét đoán nguồn thông tin khéo léo hay thu hẹp sơ hở khi giải thích. Những học viên này tuy sử dụng những chi tiết đơn giản, nhưng nó lại là những công cụ hữu hiệu giúp họ trong quá trình xử lý và lựa chọn những thông tin mà họ cần để lưu giữ vào bộ nhớ và sử dụng nó.

Cuối cùng, học viên xuất sắc nhất tin rằng đầu tư thời gian vào sự tiến bộ của chính họ là cách đầu tư tốt nhất cho tương lai dù xét theo khía cạnh nghề nghiệp hay cá nhân. Họ bắt đầu học kiến thức mới ngay ngày hôm nay để chuẩn bị cho cuộc sống họ muốn đạt đến trong năm đó hay những năm tới.

Cuộc sống hiện đại thúc đẩy mỗi người chúng ta trở thành một học viên xuất sắc nhất. Khi bạn nghĩ về những người mà bạn khâm phục hay về chính những khả năng cao nhất mà bạn có thể đạt đến, dễ thấy phương pháp học tập này là yếu tố quyết định dẫn đến một cuộc sống tốt đẹp.

TẠI SAO PHẢI TRỞ THÀNH MỘT HỌC VIÊN XUẤT SẮC?

Chúng ta là thế hệ đầu tiên của nhân loại được sinh ra và sẽ sống cả cuộc đời trong một thế giới đang thay đổi mạnh mẽ. Một vài điều có thể thay đổi nhưng kết cấu cơ bản và chất lượng của cuộc sống sẽ vẫn duy trì như vậy trong suốt khoảng thời gian họ sống. Đơn giản là do vào thời đó mọi thứ thay đổi chậm hơn hiện nay.

Năm 1970, Alvin Toffler đã đưa ra thuật ngữ "cú sốc tương lai" để miêu tả phản ứng toàn diện mà ông nhận thấy đang phát triển: con người dường như bị chôn vùi dưới những thay đổi ngày càng nhanh. Trên mọi lĩnh vực, lượng kiến thức tăng lên gấp đôi trong khoảng một thập kỷ hoặc ít hơn. Các bác sỹ, kỹ sư đều nhận thấy một nửa lượng kiến thức chuyên môn mà họ đã phải nỗ lực để tích luỹ trong khoảng 15 năm bỗng không còn thích hợp. Dường như tuần nào cũng có hàng loạt phát hiện mới dẫn đến mỗi ngày lại có nhiều phương pháp làm việc cũng như loại dụng cụ mới được tạo ra.

Ngày nay, tốc độ thay đổi vẫn không hề giảm. Tại chính thời điểm này, ngôn từ về bùng nổ thông tin đã trở nên lỗi thời khi mà máy tính đã mạnh mẽ hơn bao giờ hết, tạo ra lượng lớn thông tin mới, con người hiện nay ngày càng chịu nhiều thách thức để có thể tiếp tục học tập và giữ cho tri thức liên tục được cập nhật. Sự tiến bộ không ngừng đã trở thành một phần thiết yếu trong cuộc sống hiện đại, từ đó đòi hỏi chúng ta phải có khả năng làm chủ hiện thực và những kỹ năng mới, thậm chí cả quan điểm lẫn đức tin mới.

Tương tự đối với những vấn đề của cá nhân, sự biến đổi nhanh chóng và bất thường của đời sống xã hội khiến chúng ta dễ dàng thích nghi hơn, tiếp thu những cái mới nhanh hơn. Hãy thử xem xét trong năm qua bạn đã phải tìm hiểu bao nhiêu vấn đề trong những lĩnh vực sau để đáp ứng nhu cầu của bản thân, gia đình, bạn bè và công việc:

- Những tiến bộ trong y tế, bao gồm cả những kiến thức mới về ăn kiêng, các bài tập thể dục, stress hay phương pháp chữa trị mới cho các căn bệnh cụ thể.

- Sự phát triển kinh tế với các chính sách thuế mới, cơ hội đầu tư hay các rủi ro và đổi mới tài chính có thể ảnh hưởng đến nghề nghiệp và công việc kinh doanh của bạn.

- Công nghệ phát triển dẫn đến sự ra đời của máy móc, thiết bị, nguyên vật liệu và phương thức truyền thông mới tác động đáng kể đến bạn trong cả cuộc sống và sự nghiệp.

- Những phát triển của xã hội như xu hướng về nhà ở, chính sách về việc làm hay kiến nghị về luật pháp tại đất nước hay trong cộng đồng nơi bạn đang sinh sống cũng ảnh hưởng lớn tới phong cách sống của bạn.

- Sự thay đổi trong các mối quan hệ công việc hay cá nhân đòi hỏi bạn phải tìm hiểu nhiều hơn về những hành vi xử sự của bản thân và của những người khác.

Tóm lại, học tập đã trở thành yêu cầu bức thiết trong thời đại này.

TRUYỀN THỐNG HỌC TẬP

Một trong những cội nguồn sớm nhất của nền văn hoá phương Tây là thành phố Athens của Hy Lạp, quê hương của Plato và Socrates và là khởi nguồn của hình thức học tập năng động vượt xa trường lớp hay bằng cấp. Thay vào đó, các công dân thành phố thảo luận những vấn đề quan trọng ở các khu chợ ngoài trời, còn gọi là agora, tại bể bơi hay phòng tập thể dục, hoặc tại những bữa ăn tối muộn được phục vụ trước các vở kịch. Học tập gắn bó chặt chẽ với cuộc sống, công việc và nghỉ ngơi; từ đó dẫn tới mọi nguồn lực của cộng đồng: nghệ thuật, nghề thủ công, giới chức, lịch sử và luật pháp. Socrates đã tuyên bố: "Không phải tôi, mà chính thành phố này dạy các bạn".

Niềm tin vào hình thức học tập tương tự chính là điểm then chốt trong tư tưởng của những người khai sinh ra Hợp chủng quốc Hoa Kỳ. Nền cộng hoà của họ chỉ có thể thực hiện được nếu mọi người biết tự đánh giá về nhu cầu và nguyện vọng của bản thân.

Mỗi người trong chúng ta, dù ở mức độ khiêm tốn nhất, đều tin rằng hệ thống chính trị của quốc gia chúng ta giống như trung tâm trí tuệ, phán quyết và hành động độc lập, tự do suy nghĩ. Chúng ta đã và đang khuyến khích tự do ngôn luận và tự do báo chí bởi chúng ta biết cách tốt nhất tìm ra sự thật chính là để dân chúng được tự do tranh luận.

Ngày nay, truyền thống đó đang đối mặt với một thời kỳ khó

khăn. Trong khi chỉ một khối lượng nhỏ thông tin cũng vượt trên khả năng đọc hiểu của nhiều người, chúng ta nhận ra rằng niềm tin của bản thân vào việc suy nghĩ độc lập và tự học đã bị đe doạ bởi áp lực phải tuân theo những phương tiện truyền thông đại chúng luôn luôn hiện hữu, luôn luôn làm ta sao nhãng - Neil Postman, người hay chỉ trích truyền hình đã nói như vậy. Sự cân nhắc của chúng ta về những vấn đề xã hội sống còn giờ đây giảm xuống còn hai phút bản tin trên truyền hình.

Một mối đe doạ khác phát triển từ niềm tin sai lệch của chúng ta rằng bằng cấp, chứng chỉ là đủ đảm bảo cho năng lực. Ngày càng có nhiều ngành nghề cố gắng bảo vệ danh tiếng của những người đang hành nghề bằng cách đòi hỏi chứng chỉ. Và do đó, họ không thể tránh khỏi việc tạo ra ngày càng nhiều những người hành nghề mà năng lực duy nhất họ có là khả năng vượt qua kỳ thi sát hạch lấy chứng chỉ.

Nhà phê bình, tiểu thuyết gia Philip Wylie đã nói không lâu trước khi mất: “Nếu có người Mỹ nào đủ học vấn để cho ta những lời phê bình có ích và lời khuyên có tính xây dựng, ta có thể chắc chắn một điều rằng: Họ là người có khả năng tự học... Họ là những người học được cách học tập và muốn học tập - những người đã không ngừng học tập ngay cả khi họ đã nhận được bằng cấp hay rất nhiều bằng cấp - những người đã phát triển phương tiện đánh giá kiến thức nhằm xác định điều gì họ phải biết để đưa ra ý kiến hữu dụng, những người biết được điều mà họ chưa biết và học những gì là cần thiết”.

Những học viên xuất sắc nhất là những người như vậy. Khả năng biến học tập thành một hoạt động liên tục trong cuộc sống của họ đã mang đến cho chúng ta cơ hội thích nghi tốt nhất như một nền văn hoá, một hành tinh.

VƯƠN TỚI PHƯƠNG PHÁP HỌC TẬP TỐI ƯU

Tới thời điểm này, tôi hy vọng đã đưa tới cho các bạn một ý tưởng đầy đủ về nội dung của phương pháp học tập đỉnh cao, vì sao nó quan trọng, và bằng cách nào nó đã khôi phục được một phần truyền thống văn hoá phương Tây mà chúng ta đã thờ ơ. Tôi đoán rằng, đến đây các bạn đã dần thích thú với ý tưởng trở thành học viên xuất sắc hơn - nhưng bạn vẫn còn một vài e dè đối với quá trình trở thành một học viên xuất sắc.

Toàn bộ quá trình này là tự nhiên. Trong các hội thảo do tôi tổ chức, khoảng 85% người tham dự có cảm giác như vậy. Đó là lý do tại sao chúng ta thường khởi đầu với việc rũ bỏ mọi ám ảnh. Chúng ta đánh tan những nỗi sợ hãi và lo lắng, chủ yếu trong học tập, vẫn ngấm ngầm ám ảnh hầu hết chúng ta khi còn trên ghế nhà trường. Chúng ta sẽ giải quyết những vấn đề này chi tiết, nhưng cho phép tôi điểm mặt chúng ở đây để đảm bảo với các bạn rằng chúng sẽ không gây trở ngại tới việc học tập khi các bạn sử dụng phương pháp học tập đỉnh cao.

Nỗi lo về học tập. Trải qua những ngày tháng trong trường phổ thông và đại học, chúng ta liên tục được nhắc nhở phải học nhiều thứ - nhưng không bao giờ được nói cho biết bằng cách nào. Ví dụ: "Học các từ vựng trong chương này cho buổi thi vấn đáp ngày thứ sáu" là một nhiệm vụ điển hình. Còn sau đó? Hoặc chúng ta ngồi xuống và cố gắng nhìn chằm chằm vào danh sách từ vựng cho đến khi bằng cách nào đó chúng ta tìm ra một phương pháp để nhồi nhét chúng vào đầu cho tới ngày thi, hoặc nếu không tìm ra cách nào, chúng ta sẽ trở nên sợ hãi và nản chí, bởi chúng ta không biết sẽ phải làm gì khi ngồi vào lớp học. Nhưng một khi các bạn thực sự học được phương pháp học, nỗi lo lắng đó sẽ biến mất. Phương pháp học tập đỉnh cao vô cùng thoải mái và thú vị bởi nó sẽ cho bạn nhiều chiến lược cụ thể để nắm vững các cơ sở lập luận, khái niệm, và các nguyên tắc.

Nỗi lo về thời gian. Chủ yếu những người đến hội thảo của tôi đã có kế hoạch làm việc kín đặc, cả cá nhân lẫn công việc. Họ thực sự không thể dành thêm thời gian cho việc học tập. Nhưng phương pháp học tập đỉnh cao diễn ra đồng thời với những hoạt động khác của các bạn. Việc học tập của bạn là một phần quá trình lên kế hoạch và đưa ra quyết định của bản thân, một phần của sự hiểu biết nghề nghiệp và cá nhân, một phần của sự giao tiếp xã hội và thời gian rảnh rỗi, một phần công việc và thời gian dành cho gia đình.

Những quan niệm tiêu cực về việc học tập: Quá trình trải nghiệm trong trường học đã để lại trong chúng ta một quan niệm tiêu cực về học tập, một cảm giác đeo đẳng chúng ta rằng học tập thật buồn tẻ, nhạt nhẽo, cô độc hoặc không liên quan gì đến lợi ích thật sự của chúng ta. Điều đó dễ dẫn đến ý nghĩ rằng học tập phải thụ động, gồm cả việc ngồi nghe thầy giáo giảng bài hay cố gắng thu nhận thông tin từ một cuốn sách. Không có điều gì ở trên là đúng với phương pháp học tập đỉnh cao, phương pháp học tập đầu tiên và tiến bộ nhất sẽ

khiến bạn hứng thú và quan tâm. Hơn nữa, phương pháp học tập đỉnh cao về cơ bản mang tính thiết thực. Bạn không chỉ lựa chọn mình sẽ học cái gì, mà còn chọn lựa xem mình sẽ học như thế nào từ một loạt các cách thức phù hợp nhất với phong cách học tập của bản thân bạn.

Bây giờ các bạn có thể tin chắc rằng phương pháp học tập đỉnh cao không chỉ là điều đáng ao ước, một cách để phát triển sự đánh giá hoàn thiện hơn về cuộc sống, mà còn là điều nằm trong tầm tay đối với bất kỳ ai muốn thử nó.

CÁC NGUYÊN TẮC CƠ BẢN CỦA PHƯƠNG PHÁP HỌC TẬP ĐỈNH CAO

Các nguyên tắc của phương pháp học tập đỉnh cao dựa trên một số chân lý cơ bản về học tập và phát triển - nhiều nguyên tắc vẫn còn bị các nhà giáo dục cho là dị giáo - có thể giải phóng bạn khỏi sự lệ thuộc quá vào trường học và thúc đẩy bạn vào con đường tự phát triển bản thân. Một số chân lý trong số đó là:

- Những người trưởng thành nắm quyền chủ động trong việc học tập của bản thân thường tinh thông nhiều thứ hơn và nắm vững những điều đó tốt hơn những người trông chờ vào sự dạy dỗ. Họ có xu hướng hứng thú với việc học tập, ghi nhớ tốt hơn những thứ họ đã học và ứng dụng chúng tốt hơn trong đời sống.

- Người trưởng thành có nhiều cách để học hơn trẻ em. Chúng ta có một ý thức riêng khác về bản thân, về thời đại của chúng ta và về điều gì đáng để học và tại sao.

- Không ai có thể học thay cho bạn, cũng như không ai có thể ăn thay cho bạn.

- Không có cách học cụ thể nào vượt trội hẳn so với các cách học khác. Thành công trong học tập không phụ thuộc vào bản thân môn học hay điều kiện học tập (như thế nào, ở đâu và khi nào), mà chủ yếu phụ thuộc vào cảm hứng của học viên đối với môn học.

Hệ thống các phương pháp học tập đỉnh cao được định nghĩa bởi sáu nguyên tắc cơ bản:

1. Bạn có khả năng học được phương pháp học. Như bạn sẽ thấy trong Chương 2, phương pháp học tập đỉnh cao không dựa trên những suy nghĩ mong muốn hay hy vọng hão huyền mà dựa trên khám phá có căn cứ khoa học. Hai cuộc cách mạng song hành trong nghiên cứu bộ não con người và tâm lý học tập đã đảo lộn những câu chuyện hoang đường lâu đời rằng học tập là khả năng bẩm sinh và người già không thể học tập. Ngày nay, chúng ta nhận thấy rằng bộ não được tổ chức bằng nhiều cách phức tạp, và não bộ là cơ quan xử lý chủ động, chịu ảnh hưởng bởi chính cơ thể cũng như cảm xúc của chúng ta, và bộ não với sự kích thích hợp lý sẽ liên tục phát triển trong suốt cuộc đời mỗi con người!

2. Bản thân bạn đôi lúc đã là một học viên xuất sắc, và bạn có thể dựa trên khả năng tự nhiên đó để biến toàn bộ việc học tập trở nên dễ dàng, hứng thú và hữu ích. Chương 3 bàn về những trở ngại trong việc học tập mà chúng ta thừa hưởng từ ngày còn ngồi trên ghế nhà trường và chỉ ra phương pháp loại bỏ chúng. Bạn sẽ nhận thấy rằng trong một trạng thái gọi là "học tập trôi chảy" việc học hành đến với chúng ta thật thú vị ngay từ những thời khắc học tập đầu tiên, trước khi tiềm năng của chúng ta bị chặn lại. Chương 4 sẽ dựa vào trạng thái học tập này đưa ra thêm hai chiến lược học tập khác để tăng cường sự tin tưởng trong học tập của bạn.

3. Bạn có phong cách học tập của riêng mình, và bạn có thể xác định, tận dụng, và củng cố nó để trở thành một học viên hoàn hảo hơn nữa. Ngày nay, chúng ta nhận thức được rằng mỗi người có một sự kết hợp riêng các kỹ xảo, tài năng và sở thích để nắm bắt và sử dụng thông tin. Chương 5 trình bày một số cách để bạn có thể xác định sự tiếp cận tốt nhất. Bạn sẽ học cách để tìm ra sự pha trộn chuẩn xác giữa thực tế, cảm giác, chỉ dẫn, sự độc lập, và các sáng kiến giúp bạn sử dụng phương pháp học tập tự nhiên nhất đối với mình.

4. Bạn học tốt nhất khi bạn chủ động nhất về mặt tinh thần (và đôi khi cả thể xác), đưa ra quyết định của mình về việc học cái gì, như thế nào, ở đâu và khi nào và sử dụng các chiến lược để thúc đẩy trí tuệ hoạt động. Chương 6 và 7 bao gồm các chiến lược và cách thức tốt nhất cho việc học tập chủ động. Những cách tiếp cận cụ thể và thực tế này giúp bạn học cách kiểm soát bản thân, mang đến cho bạn nguồn tài liệu dồi dào để định hướng phương pháp học tập theo cách bạn thấy thoả mãn nhất và giúp bạn thành công trên con đường của mình.

5. Bạn có thể thiết kế môi trường học tập tối ưu cho bản thân để việc học tập thoải mái hơn và do đó trở nên hiệu quả hơn. Thật dễ dàng khi làm cho mọi người tin rằng việc tiếp thu kiến thức chỉ xảy ra khi bạn phải ngồi không thoải mái trong lớp học, phòng thuyết trình hay thư viện. Sự thật lại là điều ngược lại. Chương 8 chỉ cho bạn cách tạo ra môi trường học tập lý tưởng và những kết quả tích cực mà nó mang lại. Sau đó, Chương 9 đưa ra cái nhìn tổng quát về những cơ hội lạ thường trong quá trình học tập trên mạng Internet.

6. Bạn sẽ cảm thấy thú vị nhất khi được học tập bằng cách lựa chọn từ một nguồn phong phú các phương tiện thông tin, phương pháp và kinh nghiệm. Chương 10 mời bạn tự thành lập bộ phận nghiên cứu và phát triển riêng để thực hiện một số dự án học tập cùng một lúc. Ngày nay, điều này thực sự dễ dàng khi chúng ta có thể sử dụng toàn bộ kho báu trí tuệ và tinh thần con người bằng những biện pháp chưa từng xảy ra trước đây.

Nói tóm lại, công nghệ hiện đại đã tạo ra cách thức mới làm cho việc học tập trở nên thích hợp với tất cả mọi người, mọi nơi, và vào bất cứ thời điểm nào trong cuộc đời. Cách truy cập vào Trường đại học vô hình chứa đựng những nguồn tài liệu học tập phong phú được bật mí ở Chương 12.

7. Bạn có thể tiến xa trong nghề nghiệp bằng cách: "Học từ cuộc sống" - nắm bắt những kỹ năng và tri thức mới mỗi ngày ngay từ trong công việc. Chương 11 sẽ giới thiệu cho bạn một cách thú vị và hữu ích để khởi động "Guồng quay học tập" trong nghề nghiệp hay công việc của bạn. Bạn có thể tạo ra các cơ hội phát triển và làm tốt nhiệm vụ được giao, được công nhận và khen thưởng cho dù bạn làm việc trong một tổ chức hay tự làm chủ.

LÀM CHO PHƯƠNG PHÁP HỌC TẬP ĐỈNH CAO TRỞ NÊN HIỆU QUẢ

Chìa khoá để trở thành một học viên xuất sắc là xây dựng cho bản thân bạn một chương trình riêng - một tập hợp có hệ thống các kỹ năng học tập. Hầu hết chúng ta không có chương trình đó. Chúng ta đã có thể góp nhặt ít hay nhiều kỹ xảo trong học tập một cách ngẫu nhiên qua năm tháng, một vài nguyên tắc để đọc nhanh, vài kỹ xảo để tăng khả năng ghi nhớ, và có lẽ một vài lời gợi ý để chọn đúng những điều mình cần.

Những kỹ năng tách biệt này chỉ có tác dụng rất hạn chế. Ví dụ, liệu có ích lợi gì khi tập trung vào một cuốn sách không thích hợp hay bỏ ra bốn giờ học tập trong khi bạn có thể rút ra nhiều thông tin hơn hẳn chỉ trong vòng hai giờ? Nếu chúng ta không có kỹ năng để sử dụng những gì chúng ta học được có hiệu quả, chương trình đào tạo tuyệt vời nhất trên thế giới cũng chẳng đem lại cho bạn mấy giá trị lâu dài.

Đó là điều mà cuốn sách này sẽ giúp bạn có khả năng thực hiện. Bằng các phương pháp học tập có trong cuộc sống, nắm được toàn bộ sẽ tốt hơn là cộng lại từng phần của nó. Phương pháp học tập đỉnh cao sẽ giúp bạn thành công nhờ khai thác những kỹ năng tốt nhất bạn đã có, bổ sung và kết hợp chúng với những kỹ năng bạn sẽ học trong cuốn sách này để biến tất cả thành khả năng của bạn.

NHẬT KÝ HỌC TẬP

Trước hết, cuốn nhật ký sẽ là nơi để bạn làm những bài tập xuất hiện xuyên suốt các trang sách. Ví dụ, bạn sẽ phải tạo ra những bản đồ tư duy, kiểm soát sự lập lại tức thời các kinh nghiệm có ý nghĩa, nuôi dưỡng ý tưởng để tạo ra những học thuyết mới của riêng bạn, đặt ra các câu hỏi xuyên suốt dẫn đường cho yêu cầu của bạn trong những lĩnh vực mới, và sử dụng hàng chục các kỹ năng khác.

Thứ hai, việc ghi chép sẽ mang tới những lợi ích to lớn cho việc học tập của bạn. Một cuốn nhật ký học tập là tối cần thiết bởi bản thân ghi chép đã là một trong những quá trình học tập có tác dụng nhất.

Ích lợi quan trọng nhất mà nhật ký học tập của bạn mang lại chính là hình ảnh bản thân bạn được xây dựng như một học viên xuất sắc. Cuốn nhật ký sẽ hiển thị rõ ràng những phương pháp và kỹ năng mà bạn thấy tâm đắc nhất. Nó sẽ tiết lộ, đặc biệt có cân nhắc, loại hình hoạt động học tập bạn thích thú và có thể sử dụng để đạt được lợi thế lớn nhất trong mục tiêu học tập của cá nhân bạn.

Nói tóm lại, nhật ký học tập của bạn trở thành một hồ sơ bằng hình ảnh của các hoạt động trí não của bạn trong học tập. Những lợi ích đặc biệt của nó (khác với những lợi ích từ những cuốn nhật ký thông thường hay cá nhân) là:

- Bạn sẽ tạo ra cho bản thân mình bức tranh sống động về những ý tưởng trong các lĩnh vực có ý nghĩa với bạn.

- Bạn sẽ phát triển một sân chơi linh hoạt cho việc thoả mãn phong cách học tập cá nhân của mình bằng cách dịch chuyển và chuyển đổi những môn học này sang môi trường trung gian mà bạn có cảm hứng hơn. Bạn có thể viết, vẽ hoặc nguệch ngoạc trong cuốn nhật ký của mình để giúp bản thân ghi nhớ và khám phá những ý tưởng mới.

- Bạn sẽ phát triển sáng tạo những điều bạn đang học dựa trên sự hiểu biết của bản thân và khám phá mối liên hệ giữa chúng mà có lẽ bạn không thể phát hiện ra bằng các cách khác.

- Bạn sẽ có thể dễ dàng truy cập những tài liệu quan trọng nhất đã thu thập cho công việc hiện tại hoặc để dành phát triển về sau.

- Bạn sẽ hài lòng với một hồ sơ về khối lượng kiến thức đã học và cách thức phát triển các kỹ năng học tập của bạn, điều có lẽ chứng tỏ sự hữu dụng nhất là khi cần có thể chỉ cho những người khác thấy bạn đã học cái gì và như thế nào.

- Bạn sẽ thoả mãn với một hồ sơ ghi chép có tác dụng ôn tập lại bởi nó được hình thành từ sở thích của cá nhân bạn.

Phía sau thành công của những học viên xuất sắc luôn là những cuốn nhật ký học tập như vậy.

Tuy nhiên, hầu hết chúng ta không nhận thức được vai trò cần thiết của những cuốn nhật ký trong quá trình học tập. Khi chúng ta thấy những sản phẩm hoàn thiện của một học viên hoàn hảo, dù họ là nghệ sĩ, doanh nhân hay chính trị gia, chúng ta dễ dàng quên mất những năm tháng học hành trước đó của họ.

Sự sáng tạo thường được miêu tả như những tia chớp loé lên một cách bí ẩn, nhưng không biết từ đâu ra. Tuy nhiên, có thể mô tả bằng một mô hình tổ ong, tuy ít ấn tượng nhưng hữu dụng hơn nhiều. Những con ong mật không mệt mỏi vo ve xung quanh, thăm những bông hoa và thử từng bông một. Hàng nghìn cuộc thăm viếng cuối cùng tạo ra kết quả là một khối lượng lớn mật ngọt, kết tinh từ mật của không biết bao nhiêu bông hoa.

THIẾT LẬP NHẬT KÝ HỌC TẬP

Mua một vài cuốn sổ ghi nhớ mà bạn có thể mang theo bất cứ đâu. Bạn phải phát triển thói quen ghi chép lại các suy nghĩ khi nó xuất hiện trong đầu. Hãy quên đi việc "ghi nhớ trong đầu" - thay vào đó hãy viết nó ra. Nói một cách đơn giản, trí nhớ của chúng ta không được tạo ra để chuyển những ý nghĩ tự phát thành ký ức lâu dài. Bạn sẽ mất 90% những ý tưởng hay nhất của mình nếu bạn không lưu lại một vài trong số chúng vào đúng thời điểm chúng xuất hiện. Nếu bạn muốn khởi đầu một cách đơn giản, bạn có thể mang theo một mảnh giấy có kích thước 8½ x 11 gấp làm tư hoặc một tập giấy ghi nhớ có kích thước 5½ x 3¼, như vậy là đủ chỗ trống cho các ý tưởng tức thời của bạn có khả năng xuất hiện trong suốt một ngày.

Bất cứ khi nào bạn viết tờ giấy ghi nhớ, bạn hãy nhớ truyền tải những ý tưởng này vào nhật ký của bạn cùng ngày hôm đó hoặc chỉ trong một thời gian ngắn sau đó. Điều này cho bạn một cơ hội để ghi nhớ những suy nghĩ của bạn trên nhật ký và để xem xét lại những ý tưởng ban đầu.

Chúng ta liên tục ghi nhớ những chi tiết như vậy trên giấy. Tuy nhiên, chúng chỉ có tác dụng rất nhỏ nếu chúng ta không ghi lại vào nhật ký, xem lại hay ngẫm nghĩ về chúng. Cuốn nhật ký của bạn chính là trung gian. Nó chính là cái nôi nuôi dưỡng những hạt giống "cảm hứng", nếu không thì chúng sẽ bị những sự kiện sắp tới thổi bay.

Sử dụng hệ thống ghi chú hai mặt: dán các đoạn mà bạn đọc được (hay các tranh minh hoạ, ký hiệu âm nhạc, ghi nhớ các công việc) trên mặt trái cuốn nhật ký của bạn khi mở ra, và trình bày rõ ràng ý kiến của bạn (dù chỉ là một từ hay một hình ảnh) vào trang đối diện.

Bắt đầu cuốn nhật ký của bạn ngay từ bây giờ cho dù bạn chưa khởi động bất cứ kế hoạch học tập nào. Thậm chí bạn có thể sử dụng nhật ký để khám phá ra một số điều bạn muốn học ngay lập tức. Hàng ngày, nên chú ý đến những chỉ dẫn nhỏ nhất của những kỹ năng hay khả năng đặc biệt, dù cho chúng dường như có vẻ ngốc nghếch hay không quan trọng đối với bạn. Ghi chép những đánh giá của bạn bè và họ hàng khi họ nói điều gì đó là "điển hình của bạn". Đúng thời điểm, nhật ký học tập của bạn sẽ trở thành vật báu có giá trị, đánh dấu hành trình đến với phương pháp học tập đỉnh cao.

2. KHOA HỌC CHỨNG MINH: BẠN LÀ HỌC VIÊN XUẤT SẮC!

Đã có rất nhiều học thuyết về phương pháp học tập, nhưng chỉ có một vài học thuyết mang tính cách mạng bắt đầu diễn ra trong vài thập niên gần đây. Phần lớn nhờ vào những thông tin mới gây ngạc nhiên trong hai lĩnh vực nghiên cứu - cách thức hoạt động của bộ não và tâm lý học duy lý - từ đó làm thay đổi sâu sắc các học thuyết của chúng ta về bản chất của phương pháp học tập và cách thức ứng dụng của nó. Những câu trả lời mới đã được đưa ra để giải đáp cho những câu hỏi tương tự như:

- Chúng ta có thể học tập liên tục cả đời không?
- Những người khác nhau có phong cách học tập khác nhau hay không?
- Bằng cách nào chúng ta có thể học được mọi thứ?

Tại sao những nghiên cứu về bộ não lại quan trọng đến như vậy? Hơn 50 năm qua, những công nghệ và thiết bị nghiên cứu mới đã mở cánh cửa cho chúng ta khám phá bộ não, vượt xa những gì chúng ta từng mơ tới. Các công trình nghiên cứu về não bộ ngày nay thu hút cả những học giả và nhà nghiên cứu xuất sắc từ hàng loạt các lĩnh vực khác nhau như nhân loại học, trí thông minh nhân tạo, ngôn ngữ học, thần kinh học và tâm lý học. Những thiết bị công nghệ cao và dữ liệu thực nghiệm được xử lý trên máy tính ngày nay đã cung cấp cho các nhà khoa học những cách nhìn nhận chưa từng có trước đây về hoạt động của bộ não.

Chương này sẽ làm tiêu tan những điều hoang đường trong tâm lý về học tập, những học thuyết lỗi thời từng nói với chúng ta rằng việc học tập của chúng ta hạn chế hơn rất nhiều so với khả năng thực tế. Nó cũng sẽ cung cấp cái nhìn tổng quan về một số cách thức phức tạp, đáng ngạc nhiên mà bộ não của chúng ta được tổ chức theo đó. Một cách đơn giản và trực tiếp, các bạn bắt đầu thấy những thông tin mới mẻ này sẽ đưa đến những kết luận mới về cách thức chúng ta suy nghĩ và học tập từ những trải nghiệm.

Tiếp theo, chương này sẽ chuyển sang lĩnh vực tâm lý học để khảo sát các loại học thuyết học tập trước đây đã thay đổi như thế nào.

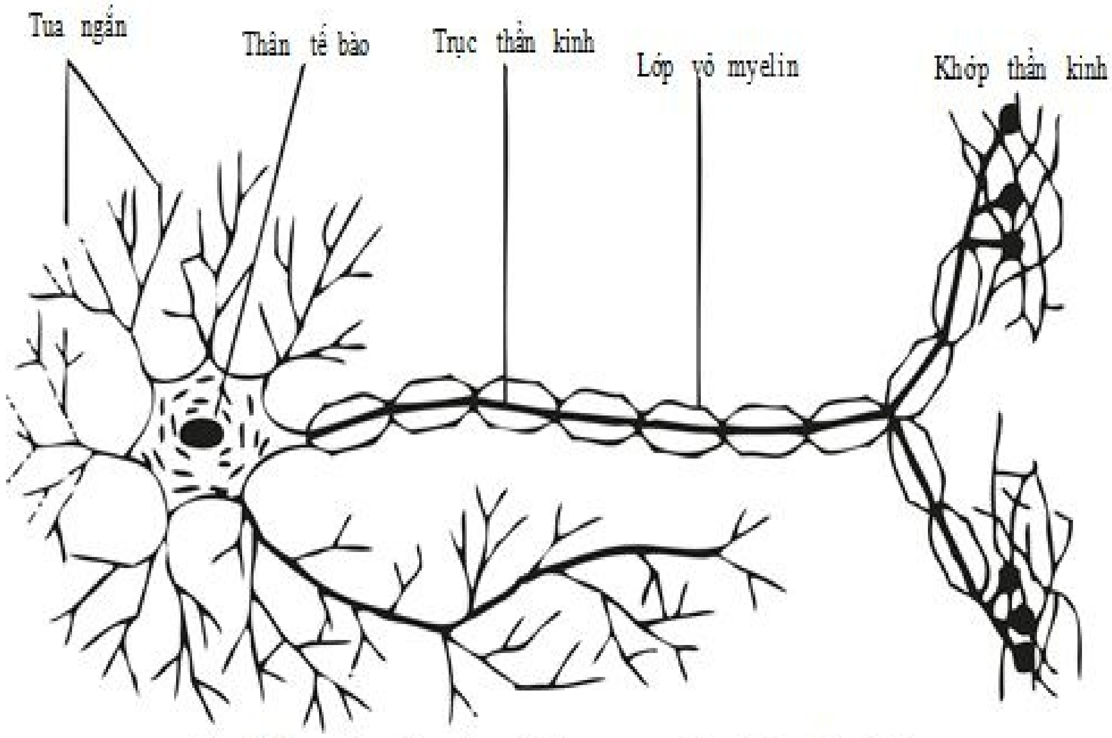
MÔ HÌNH MỚI CỦA BỘ NÃO

Bộ não là một khối kép màu xám hồng nặng khoảng 1,1 kg. Nó được tạo nên bởi hàng tỷ nơ-ron, những tế bào não chuyên biệt có chức năng như những mạch điện hoá và liên kết với các nơ-ron khác theo mọi hướng. Nơi phần kéo dài của hai nơ-ron gần như chạm nhau gọi là khớp thần kinh. Đó là nơi tín hiệu điện tử yếu ớt, được tạo nên trong mỗi tế bào não, giải phóng ra những chất hoá học đặc biệt, vượt qua khe hở và truyền sang nơ-ron khác.

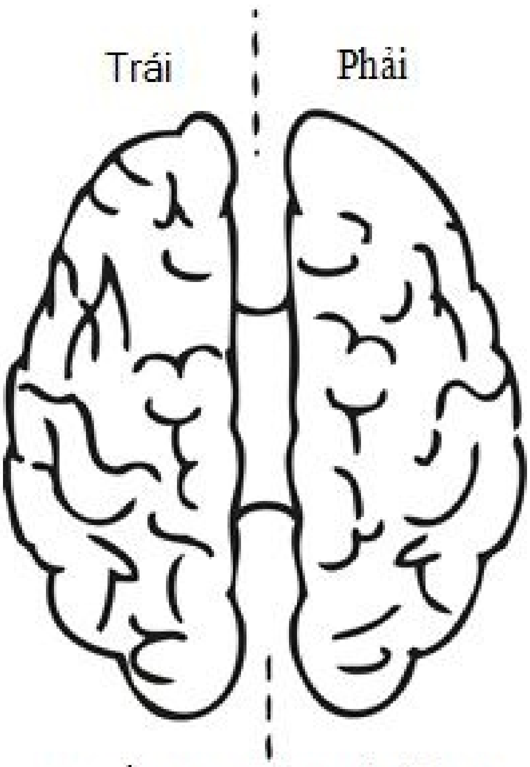
Đừng để những thuật ngữ này quật ngã bạn. Điểm cần chú ý ở đây là đặc trưng thiết yếu của một bộ não đang hoạt động như những bước nhảy không bao giờ ngừng của tín hiệu từ nơ-ron này sang nơ-ron khác. Hơn thế nữa, các nơ-ron trong bộ não của bạn được kết nối một cách phức tạp trong cả hệ thống rộng lớn, chứng tỏ rằng sự hiểu biết và trí nhớ phức tạp đáng kinh ngạc.

Bộ não chia làm hai phần

Hippocrates, ông tổ ngành y người Hy Lạp, đã để ý thấy rằng những chiến binh bị gươm đâm vào phía bên trái đầu có thể bị suy giảm khả năng ngôn ngữ, trong khi những người bị đâm vào bên phải đầu thì không. Từ đó, ông kết luận rằng hai bên của bộ não có những chức năng khác nhau. Các bác sỹ của thế kỷ XIX cũng đã có những quan sát tương tự, từ đó xác định thêm các vùng não có chức năng riêng biệt, như hai vùng ngôn ngữ đều nằm trên phần não phía bên trái được đặt theo tên Paul Broca và Carl Wernicle. Tuy nhiên, trên thực tế chưa ai khám phá hiện tượng này cho đến khi Giáo sư Sperry và nhóm của ông nghiên cứu bộ não tách rời trên những bệnh nhân động kinh buộc phải trải qua phẫu thuật để chữa bệnh tai biến mạch máu não. Các bác sỹ phẫu thuật trong nhóm Giáo sư Sperry đã tách rời hai bán cầu não của họ.



Sơ đồ đơn giản hóa một tế bào nơron thần kinh điển hình. Tín hiệu nhận diện được từ các tế bào khác qua các tua ngắn



Bán cầu não trái và phải được liên kết bởi thể chai

Trong một thí nghiệm điển hình, bệnh nhân đưa tay phải của anh ta ra đằng sau lưng. Sau đó, anh ta được đưa cho cầm một vật quen thuộc và phải nói ra tên của đồ vật đó. Do nửa cơ thể phía bên phải được điều khiển bằng bán cầu não trái, vùng não chức năng ngôn ngữ, có thể diễn tả những gì cảm nhận được bằng lời nói, nên anh ta không gặp bất cứ vấn đề nào khi gọi tên đồ vật đó. Tuy nhiên, khi một đồ vật khác, tương tự giống như món đồ trên, được đặt vào tay trái của bệnh nhân, thì vùng não câm phía bên phải không thể đưa ra từ nào để gọi tên nó. Do hai bán cầu não không liên hệ được với nhau qua thể chai, nên bán cầu não phải không nhận được sự giúp đỡ từ vùng ngôn ngữ nằm trên bán cầu não trái. Bán cầu não phải có thể đưa ra hình ảnh của vật, hoặc liên hệ với một vật thể khác tương tự, nhưng về cơ bản không thể hiện được bằng ngôn ngữ.

Tất nhiên, thí nghiệm của Giáo sư Sperry bao gồm những công đoạn phức tạp hơn nhiều so với ví dụ trên. Nhưng về tổng thể, họ đã cung cấp một hình ảnh cụ thể mới lạ về bộ não kép của chúng ta - một bức tranh mà tầm quan trọng của nó lớn đến mức Giáo sư Sperry đã nhận được một giải Nobel cho nghiên cứu của ông vào năm 1981.

Từ thời của Giáo sư Sperry đến nay, chúng ta đã bắt đầu thấy được mỗi bán cầu não có các vùng chức năng riêng biệt như sau:

Não trái	Não phải
Khả năng phân tích	Khả năng lý luận
Khả năng ngôn ngữ	Liên tưởng bằng hình ảnh
Làm việc theo trình tự	Làm việc đồng thời
Liên tưởng thời gian	Liên tưởng không gian

Giáo sư Sperry cảm thấy vui mừng với những kết quả to lớn và khác biệt từ những phát hiện của ông. Ông đề cập tới tầm quan trọng trong những khám phá của mình:

Chủ đề chính ở đây là dường như có hai hình thức tư duy: ngôn ngữ và phi ngôn ngữ, nằm riêng rẽ lần lượt trên hai bán cầu não trái và phải, và hệ thống giáo dục của chúng ta, cũng như khoa học nói chung, thường ít quan tâm đến dạng trí tuệ phi ngôn ngữ. Điều này đã giải thích cho việc xã hội hiện đại ngày nay đối xử phân biệt với nửa bán cầu não phải.

Hãy dành một chút thời gian suy nghĩ về kết luận của Giáo sư Sperry. Chúng ta đã biết từ hàng ngàn năm nay rằng hầu hết mọi người đều thuận một tay hơn là tay kia trong xử lý mọi việc, ngoại trừ một phần thiểu số những người thuận cả hai tay, có nghĩa là họ có thể sử dụng hai tay như nhau. Sự thiên lệch này được các nhà khoa học gọi là *dominance* (Ưu thế phát triển vượt trội).

Mặc dù có rất nhiều giả thuyết giải thích tại sao trong não chúng ta lại hình thành *dominance*, song điểm quan trọng ở đây là có những điểm thực sự khác biệt về thể chất, sự kết nối về giác quan và hệ thống dây thần kinh trong một khu vực của bộ não nơi điều khiển hoạt động của tay thuận. Những điểm khác biệt này có thể tương tự như khi chúng ta luyện tập một số cơ bắp nhất định trong thể thao.

Nếu chúng ta đương nhiên sử dụng và luyện tập một bên của bộ não nhiều hơn bên còn lại, những chức năng của bên đó sẽ phát triển mạnh hơn.

Do vậy mà *dominance* cũng có thể mang đến cho chúng ta cả cách suy nghĩ thích hợp hơn, không chỉ đơn thuần là tay nào thuận khi viết hay ném bóng. Kết quả nghiên cứu của Giáo sư Sperry làm sáng tỏ việc một số người có thể thấy thích hoặc trội hơn ở phương pháp học tập này hơn các phương pháp khác.

Đây là bước tiến lớn đầu tiên của chúng ta dựa trên nghiên cứu về bộ não: việc học tập không phải là một quá trình đơn lẻ. Mọi người có thể trở thành những học viên xuất sắc hơn khi họ sử dụng cách tư duy được điều khiển bởi bán cầu não thuận của họ.

Mô hình bộ não ba ngôi một thể

Theo Giáo sư MacLean, khi bộ não con người phát triển, chúng thêm vào những thùy và chức năng mới trên bộ não cơ bản nguyên thủy tương tự với bộ não đã được phát triển ở loài bò sát. Khu vực não xưa nhất này vẫn hiện diện trong đầu chúng ta, bao gồm một số phần như cuống não, hạch cơ sở, mạng lưới hoạt hoá phức tạp, và phần não trung tâm, nằm ở vùng thấp nhất của bộ não, gần với dây cột sống nhất. Khu vực não gốc này, như cách gọi của Giáo sư MacLean là the R-complex, xử lý những hành vi bản năng, bao gồm bản năng sinh tồn, tuyên bố lãnh thổ và vị thế, đánh nhau và giao phối.

Hệ thống thần kinh cảm xúc. Khu vực thứ hai mới hơn, tiến hoá sau hàng triệu năm, song hành cùng sự tiến hoá của loài động vật có vú. Phần này của bộ não, hệ thống thần kinh cảm xúc, bao bọc hoàn toàn quanh phần não loài bò sát. Giáo sư MacLean tin rằng, chức năng của phần này có liên hệ rất gần gũi với bản năng, trí nhớ và những hành vi cảm xúc như chơi đùa hay nuôi dạy trẻ nhỏ. Khu vực này cũng điều khiển hệ thống thần kinh tự trị, phần điều hoà các chức năng của cơ thể - bao gồm cả cơ chế tiết mồ hôi, sự lưu thông máu, quá trình tiêu hoá, và sự giãn nở đồng tử trong mắt - các chức năng này liên tục hoạt động nằm ngoài ý thức của chúng ta.

Giáo sư MacLean đã đề cập đến vai trò to lớn của hệ thống thần kinh cảm xúc đối với sự nhận thức, cảm giác và ghi nhớ, điều này

khiến cho vùng não này trở nên rất quan trọng đối với việc học tập. Nó kiểm soát mọi cảm giác đầu vào, chuyển chúng sang dạng thích hợp để tiếp tục xử lý, và đưa chúng đến hệ thống lưu trữ ký ức thích hợp. Các chất hoá học thần kinh trong hệ thống thần kinh cảm xúc cũng có ảnh hưởng đến khả năng của chúng ta trong việc chuyển đổi những ký ức từ dạng lưu trữ ngắn hạn sang dài hạn. Trừ phi có sự chuyển đổi này, nếu không chúng ta sẽ hoàn toàn đánh mất những gì chúng ta học được trong vòng 30 giây - khoảng thời gian những kiến thức này lưu lại trong ký ức ngắn hạn.

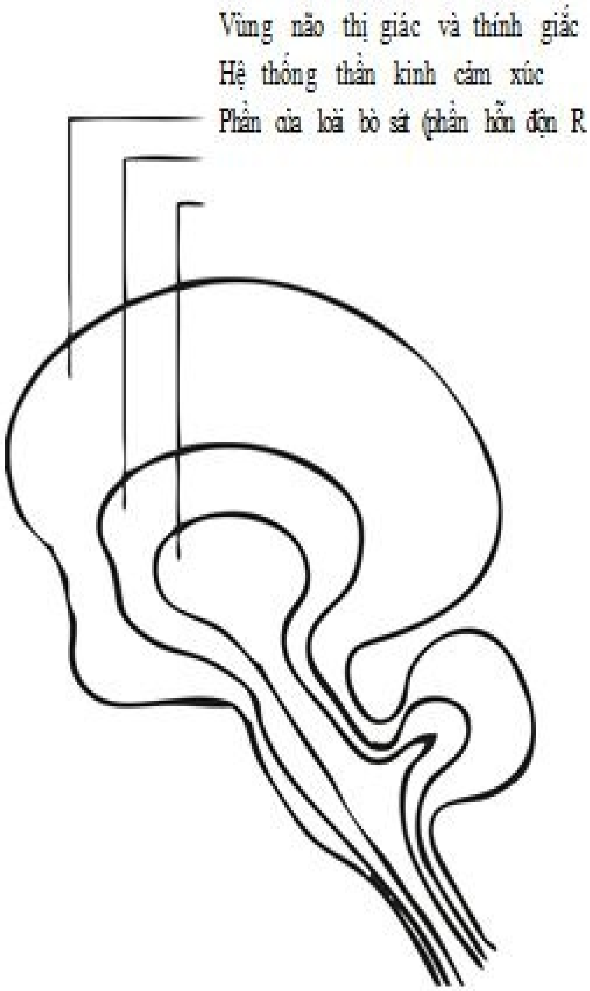
Bước đột phá lớn thứ hai từ nghiên cứu mới về bộ não là việc khám phá ra rằng trí nhớ và cảm xúc có liên quan rất chặt chẽ với nhau bên trong bộ não của chúng ta. Sự liên kết chặt chẽ này, cho dù không thể can thiệp nhưng vẫn có ảnh hưởng lớn tới việc học tập. Trong khi những liên kết bên trong vẫn chưa được hiểu cặn kẽ, hầu hết các chuyên gia trong lĩnh vực học tập đều thống nhất quan điểm rằng cảm xúc đóng vai trò quan trọng trong việc học tập của chúng ta hơn nhiều so với những cách thức hoàn toàn dựa trên lý trí và logic mà chúng ta bị hạn chế ở trường học.

Vùng não thị giác và thính giác: Theo Giáo sư MacLean, phần thứ ba của bộ não là vùng thị giác và thính giác có riêng ở con người và động vật linh trưởng. Phần này nằm trên đỉnh bộ não của chúng ta, ở cả hai bên, bao bọc xung quanh hệ thống thần kinh cảm xúc. Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng phần này của bộ não là nơi hầu hết các hoạt động tinh thần diễn ra. Những tư duy về không gian và Toán học, những giấc mơ và ký ức, và sự thu thập, giải mã thông tin thuộc về cảm giác đều được tổ chức tại vùng này.

Vùng não thị giác và thính giác là nơi điều khiển nhiều kiểu chức năng chuyên biệt, như khả năng hiểu ngôn ngữ và khả năng tưởng tượng hình ảnh của các sự vật. Rõ ràng, những chức năng này rất thiết yếu cho việc học tập, và do đó chúng ta có thể thấy được khi vùng này bị tổn thương sẽ gây ảnh hưởng nghiêm trọng như thế nào. Tuy nhiên, dường như có phép màu, chúng ta thường thấy, với việc rèn luyện, một phần khác của vùng thị giác và thính giác có thể thay thế cho phần bị tổn thương, đảm nhận những chức năng của phần này.

Học thuyết về bộ não ba ngôi một thể hàm ý rằng những cảm xúc, trí nhớ, và trạng thái của cơ thể chúng ta có thể được kết nối với nhau

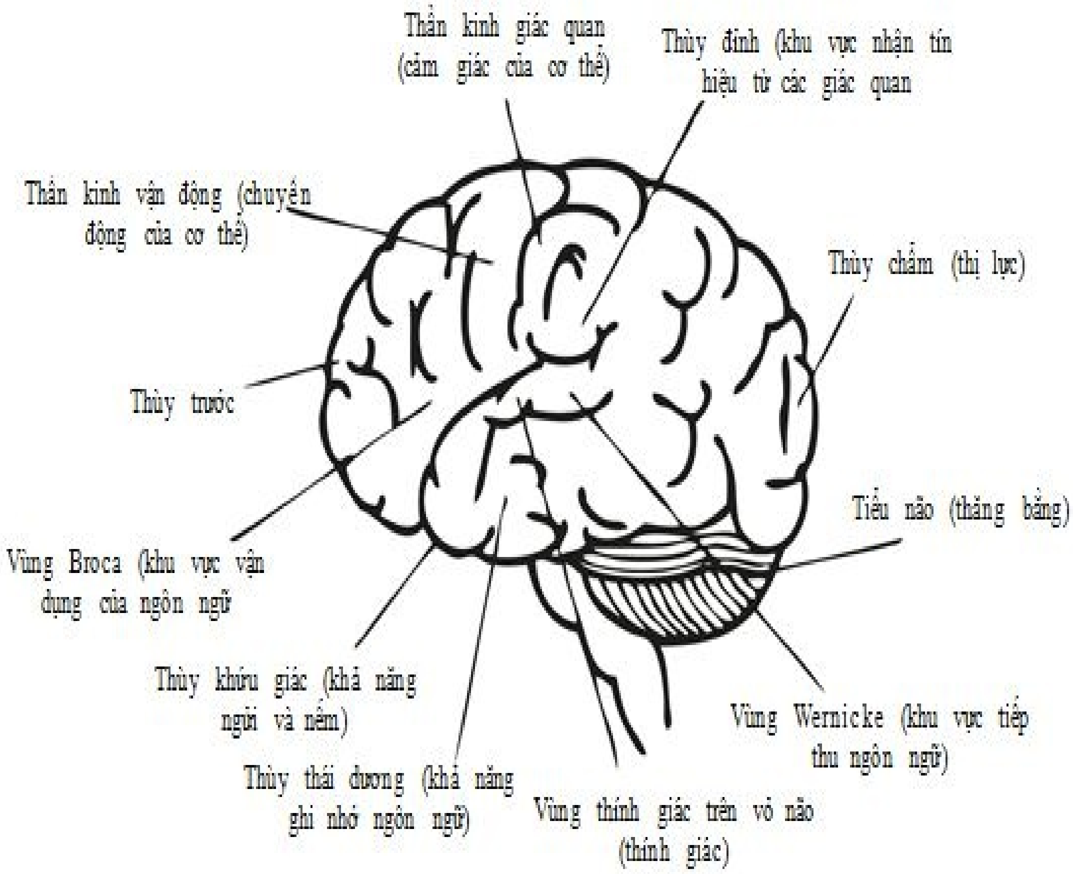
thông qua trung khu thần kinh của bộ não. Hệ thống thần kinh cảm xúc, theo những cách tác động mạnh mẽ tới việc học tập. Khả năng ghi nhớ thông tin để sử dụng trong tương lai có thể phụ thuộc nhiều vào cảm xúc của chúng ta trong từng thời điểm hơn là chúng ta nhận thấy. Cũng như vậy, thay vì một bộ não hoạt động êm, chúng ta thực sự có một uỷ ban thường xuyên tranh cãi, với những thành viên liên tục cố gắng để giành quyền chi phối. Sự liên kết giữa vùng hình thành muộn nhất của bộ não với những người họ hàng hình thành trước đó có thể ảnh hưởng tới việc học tập của chúng ta.



Bộ não luôn luôn phát triển

Chúng ta đã quen với ý nghĩ rằng bộ não chỉ phát triển đến một độ tuổi nhất định và sau đó dừng lại để rồi bắt đầu chết đi. Điều này khiến cho ta thấy dễ hiểu khi mọi người tin rằng việc học tập chỉ thuộc phạm vi của những người trẻ tuổi và rằng, khi chúng ta lớn lên, chúng ta bắt đầu đánh mất dần kiến thức. Giáo sư Sperry và Giáo sư MacLean đã chỉ ra rằng bộ não của chúng ta phức tạp hơn như thế rất nhiều.

CÁC VÙNG TRÊN VỎ NÃO



Trong chiều dài lịch sử loài người, chúng ta đã tưởng tượng ra bộ não như là nơi tiếp nhận một cách thụ động những cảm xúc từ thế giới bên ngoài. Nhưng hai xu hướng nghiên cứu gần đây đã xoá bỏ hình ảnh đó và thay thế bằng một hình ảnh mới thú vị hơn nhiều.

Thứ nhất, ngày nay, bộ não được miêu tả là phát triển không ngừng. Giáo sư Marion Diamond của Đại học California ở Berkeley đã phát biểu rằng: "Cấu trúc và khả năng của phần vỏ não có thể thay đổi trong suốt cuộc đời bằng cách làm phong phú thêm môi trường cảm giác. Kết quả thu được từ hình ảnh mới mẻ, chính xác hơn này là chúng ta có thể thực sự trở nên thông minh hơn khi chúng ta nhiều tuổi hơn, nếu chúng ta mang tới cho bộ não sự khuyến khích và môi trường thích hợp để bộ não "làm công việc của mình".

Giáo sư Diamond đã phát hiện ra rằng môi trường phong phú giúp làm tăng đáng kể khối lượng não của chuột - khoảng 10% - kể cả ở những con trưởng thành mà sự phát triển lẽ ra đã phải dừng lại! Những khám phá của bà đã gây sửng sốt cho những nhà sinh vật học đồng nghiệp, đặc biệt là những người kiên định nhất ban đầu khăng

khăng những điều kiện bên ngoài không thể gây ảnh hưởng sâu sắc đến hình thức phát triển bên trong của bộ não chuột ngoại trừ trường hợp tổn thương nặng về thể xác.

Trong những năm gần đây, Giáo sư Diamond và các cộng sự của bà đã được khuyến khích thử nghiệm trên chuột ở độ tuổi tương đương với người 60 và 70 tuổi. Một lần nữa, bộ não mỗi con chuột già phát triển thêm 10% khi chúng sống với những con chuột ít tuổi hơn trong môi trường phong phú.

Giáo sư Robert Ornstein, nhà nghiên cứu bộ não và là đồng nghiệp của Giáo sư Diamond, đã nhận xét về khám phá của bà: “Những thay đổi rõ ràng của bộ não diễn ra ở các tua ngắn (một phần của các nơ-ron nối liền với nhau ở các khớp thần kinh) của mỗi tế bào thần kinh, được làm dày lên bởi những kinh nghiệm có tính kích thích. Nó cứ như là một khu rừng những tế bào thần kinh phong phú hơn, và mật độ của nhánh tua cũng tăng lên.”

Bài học cốt yếu ở đây là bộ não có thể tiếp tục phát triển trong suốt cuộc đời chúng ta thay vì cách nghĩ truyền thống “tre già khó uốn” và nỗi lo sợ lão hoá sớm làm cho mọi thứ trượt khỏi trí óc chúng ta. Tuy nhiên, để điều đó có thể xảy ra, chúng ta cần tự tạo cho mình một môi trường phong phú tương ứng với con người như cách Giáo sư Diamond từng tạo ra cho chuột. Tất nhiên đối với chúng ta, cần nhiều hơn là những món đồ chơi và guồng quay để chạy, môi trường được làm phong phú thêm của chúng ta phải bao gồm những kích thích liên tục từ những ý tưởng và hiểu biết mới, từ tất cả những thách thức và cơ hội, từ những gì tốt nhất mà nhân loại đã từng nghĩ đến, cảm nhận và làm được.

Cách nhìn mới thứ hai về bộ não luôn luôn phát triển là nó liên tục chủ động. Trong một quá trình phức tạp, liên tục, bộ não của chúng ta tổ chức những dữ liệu cảm giác thành những kinh nghiệm và từ những kinh nghiệm thành những thông tin. Khi chúng ta nhìn thấy điều gì mới mẻ, bộ não của chúng ta sẽ thu nhận kết quả tác động của ánh sáng lên mắt và vẽ nên những cạnh của vật thể.

Bằng chứng cho điều này là thế giới của trí thông minh nhân tạo, thường được gọi là trí tuệ nhân tạo (AI). Mạng lưới thần kinh gần đây trở thành một lĩnh vực trong việc nghiên cứu về trí tuệ nhân tạo sử dụng đến máy vi tính để lập mô hình cách vận hành các liên kết giữa

các tế bào não. Trong khi không thực sự cần thiết phải sa đà vào những chi tiết kỹ thuật, vẫn rất quan trọng để hiểu được điều này đã giải thích cách học tập của chúng ta như thế nào.

Mạng lưới thần kinh là bản mô phỏng trên máy vi tính của một bộ não thu nhỏ, ở bất cứ đâu cũng đều có từ một tá cho đến một nghìn hoặc hơn những nơ-ron thần kinh nhân tạo.

Một khi bộ não mô phỏng này được kích hoạt, nó sẽ tự hoạt động. Những người làm thí nghiệm cung cấp cho nó những tác nhân kích thích - như từ ngữ, tranh ảnh, thậm chí là mùi hương - và những nơ-ron mô phỏng, theo những quy luật đơn giản của quá trình, bắt đầu tự tổ chức lại chúng trên cơ sở của những thông tin nhập vào. Ví dụ như những liên kết giữa các nơ-ron được sử dụng thường xuyên sẽ phát triển mạnh hơn, và những kích thích mới sẽ có xu hướng được xử lý bởi những đường truyền đang tồn tại. Bộ não nhân tạo bắt đầu xây dựng trật tự riêng của nó.

Học thuyết về mạng lưới thần kinh đã cho chúng ta hình ảnh mới có tác động lớn về cách thức bộ não làm việc khi chúng ta học tập. Hình ảnh này không phải là của lớp học thông thường hay vị trí của sinh viên, mà trong đó chỉ tập trung thu hút một mảnh thông tin đơn. Đúng hơn, hình ảnh đó là sự kết hợp thông tin nhiều chiều. Các thông tin đầu vào khuấy động hàng nghìn nơ-ron thần kinh khiến chúng hò hét, thì thầm, lẩm bẩm theo nhiều cách mà trong đó những dữ liệu mới ăn khớp vào những mô-típ bộ não đã xử lý trước đó.

Quá trình trao đổi thông tin phức tạp, liên tục giữa nhiều nơ-ron thần kinh này gần đây đã được Giáo sư Marvin Minsky của M.I.T (Viện Công nghệ Massachusetts) miêu tả trong cuốn *Trí tuệ xã hội*. Lý giải ngược lại từ chương trình trên máy vi tính và bộ não, ông đưa ra gợi ý chúng ta là một ủy ban phức tạp hơn cả những gì được gợi ý bởi hai khu vực của Giáo sư Sperry hay ba của Giáo sư MacLean. Có một số lượng khổng lồ các quy trình nhỏ vận hành bán tự động tại bất kỳ thời điểm nào, với sự tập trung quanh chúng của chúng ta.

Bộ não và việc học tập

Những khám phá này dẫn tới điều gì? Bộ não không chỉ là một khối bị động yên vị trong đầu chúng ta như một hệ thống tổng đài điện thoại câm lặng. Nó là một cơ quan chủ động như những cơ bắp

của chúng ta. Nó xử lý những thông tin thô gửi tới bằng các giác quan của chúng ta và ngày qua ngày thực sự xây dựng nên cái thế giới chúng ta cảm nhận.

Bởi não là một phần của cơ thể, mỗi bộ não chia sẻ với cơ thể của nó môi trường hoá học và cảm xúc, những thứ ảnh hưởng tới việc học tập. Những điều kiện sinh lý của việc học tập - như ánh sáng, nhiệt độ, tư thế của cơ thể, mức độ tỉnh táo, và cảm giác đói bụng - đều ảnh hưởng tới mức độ hoạt động hiệu quả của bộ não. Thậm chí, bộ não của bạn có thể vượt qua những chu trình thời gian khi chăm chú, lúc mệt mỏi, một số trong đó đã hoà vào bạn.

Hệ thống thần kinh cảm xúc đều đặn kiểm tra tình trạng sinh lý của bạn bất cứ khi nào bạn yêu cầu bộ não thực hiện. Bạn cần ở trong tình trạng khoẻ mạnh và khởi động trước cho những hoạt động có cường độ cao của thần kinh cũng như thể chất.

Bộ não có thể tiếp tục phát triển trong suốt cuộc đời. Bộ não của bạn có thể tiếp tục học tập và phát triển cho đến tận cuối đời bạn, ngoại trừ chấn thương tâm lý hay những trận ốm nguy kịch. Sự lão hoá thực chất không huỷ hoại khả năng học tập mà là thái độ và phong cách sống mới gây ra điều đó. “Sử dụng nó hoặc sẽ mất nó”, điều này đúng với bộ não của bạn cũng như với những phần khác của cơ thể bạn.

Bộ não là cơ quan chủ động và phát triển. Bộ não của bạn không ngừng xử lý những cảm giác và suy nghĩ theo vô số cách khác nhau. “Một bộ não bình thường được tạo nên để được thách thức”; Giáo sư Jerry Levy của trường Đại học Chicago đã phát biểu như vậy.

Bộ não của bạn phản ứng lại một cách chủ động với thách thức do môi trường phong phú đặt ra, và như Giáo sư Diamond đã chỉ ra, bộ não thậm chí có thể tiếp tục phát triển những tế bào và liên kết mới. Nó hoạt động tốt nhất khi bị kích thích một cách thích đáng bằng những tác nhân thú vị, phức tạp, chỉ cần bộ não có phương thức để xử lý chúng hiệu quả.

Bộ não có một lượng lớn các chức năng và sức mạnh. Không chỉ là một máy vi tính sinh học vĩ đại, bộ não của bạn còn là nguồn gốc cảm xúc, trực giác, khả năng sáng tạo, và trí thông minh dồi dào, phức tạp. Bộ não có thể vận hành trong chế độ phân tích/trực tuyến và cả

chế độ chính thể luận/tạo khuôn mẫu. Nó có thể đáp lại các thông tin và tình huống bằng logic hoặc cảm giác, bản năng học vẹt, những cảm xúc không nhìn thấy được, hoặc khả năng sáng tạo - hoặc tất cả những điều trên cùng một lúc.

Nhưng hầu hết chúng ta đều bị giới hạn trong chỉ một hoặc nhiều nhất là hai cách suy nghĩ (ví dụ như dựa trên lý trí đối lập với dựa trên cảm xúc). Chúng ta làm việc cật lực theo cách thức quen thuộc của mình, và năng lực tiềm tàng đã từng có ngày càng ít cơ hội trở lại. Chỉ cần chuyển đổi sang một lối suy nghĩ khác, chúng ta có thể phục hồi lại năng lực và sự hăng hái của mình. Học tập sẽ đạt được hiệu quả tối ưu khi chúng ta sử dụng toàn bộ năng lực chứ không phải chỉ sử dụng nhiều nhất một thứ. Bộ não của bạn cũng độc lập như bản thân bạn vậy. Mỗi bộ não đều đơn độc trong phát triển sinh lý, và nó có những sở thích đặc biệt trong cách thức hoạt động của mình. Tuy nhiên, hầu hết chúng ta chưa từng có cơ hội được sắp xếp việc học tập của mình để có thể điều tiết sở thích cá nhân của mỗi chúng ta. Khi chúng ta có khả năng làm được điều này, việc học tập sẽ mang một hứng thú tâm lý hoàn toàn khác biệt. Thay vì trở thành một thứ gánh nặng cho bộ não, ngược lại việc học tập được thực hiện một cách dễ dàng và thoải mái như bản chất của nó. Có thể xem phần cứng của việc học tập giống như cách thức hoạt động của não bộ. Vậy còn phần mềm, quá trình của chính việc học tập thì sao? Học tập là gì? Để trả lời câu hỏi này chúng ta cần nhìn lại bản chất vật lý tự nhiên của bộ não ngoài hiểu biết hạn chế của chúng ta về các chức năng của nó.

HỌC TẬP LÀ GÌ?

Với tất cả những kiến thức về bộ não mà chúng ta vừa tiếp nhận, trí tuệ vẫn còn là một điều bí ẩn. Cái cách mà chúng ta, những con người, có thể trải nghiệm thế giới và thay đổi hành động của mình như một kết quả của những trải nghiệm đó, còn lâu mới có thể hiểu hết được. Robert M.Smith đã đưa ra cái nhìn tổng quan tuyệt vời về lĩnh vực học tập trong cuốn *Học phương pháp học: Những lý thuyết ứng dụng cho người trưởng thành*.

Giờ đây, chúng ta đã có một định nghĩa hoàn chỉnh hơn về học tập, chúng ta có thể đặt ra câu hỏi việc học tập diễn ra như thế nào. Malcolm Knowles, trong cuốn *Adult learners, a neglected species* (Học viên trưởng thành - những người hay sao nhãng), liệt kê ra hơn

50 người sáng tạo ra các học thuyết mới về việc học tập từ năm 1885 đến năm 1980. Trong số đó, tôi sẽ tập trung vào hai phong cách, hay cách tiếp cận những học thuyết về học tập khác nhau, một sự phân loại được hình thành từ năm 1970 bởi hai nhà tâm lý học phát triển, Reese và Overton. Họ đã tập hợp lại thành nhóm các học thuyết về học tập tuỳ theo từng thuyết cơ giới hoá hay hữu cơ.

Học thuyết về việc học tập theo thuyết cơ giới hoá

Quan điểm cơ giới hoá coi máy móc là phép ẩn dụ cho việc học tập. Theo cách nhìn nhận này, những sự kiện phức tạp sau cùng cũng có thể được biến đổi trở thành tác động qua lại dễ dự đoán và đo lường được giữa các thành phần, tương tự theo cách mà các phần trong động cơ ôtô của bạn đồng thời làm việc để lăn các bánh xe và đưa bạn đến bất cứ đâu bạn muốn.

Theo cách tiếp cận này, một học viên kiểu mẫu chỉ biết phản ứng trở lại, thụ động, là một phiến đá trống rỗng hồi đáp lại những tác động bên ngoài. Những học thuyết về học tập dựa trên hình mẫu này thường nhấn mạnh những kết quả có thể đo đếm và định lượng, như là điểm số của bài kiểm tra. Những học thuyết này cố gắng giải thích hành vi học tập phức tạp bằng việc chỉ ra cách mà chúng được sinh ra từ những hành vi đơn giản nguyên sơ hơn.

Những học thuyết này xem xét việc học tập như tác nhân kích thích nơ-ron thần kinh và quá trình phản xạ có điều kiện. Ví dụ, khi một bác sỹ kiểm tra hệ thần kinh của bạn bằng cách dùng một cái búa gõ vào đầu gối bạn, ông ta đã đưa ra một kích thích; khi chân bạn đá thẳng lên, đó là một phản ứng tác động trở lại. Trong thí nghiệm đơn giản này cái búa đã gây ra kích thích một dây thần kinh chạy lên cột sống. Thậm chí không cần liên hệ lên tới bộ não, tín hiệu thần kinh đã được kích hoạt sẽ truyền một phản xạ không điều kiện xuống thông qua các dây thần kinh khác điều khiển bắp cơ ở chân đá lên.

Nhà tâm lý học người Nga, Ivan Pavlov, đã khám phá ra rằng nếu ông ta đều đặn rung một quả chuông bất cứ khi nào ông cho một con chó ăn trong phòng thí nghiệm của mình, thì cuối cùng con chó có thể bắt đầu phản ứng như thể thức ăn đang ở đó mỗi khi tiếng chuông vang lên. Giáo sư Pavlov gọi quá trình đó là sự hình thành một phản xạ có điều kiện, một phản ứng của hệ thần kinh phát triển nhờ kết hợp kích thích mới, cái chuông, với một phản xạ có sẵn trước đó, sự

tiết nước bọt khi có mặt thức ăn ở đó.

Tuy nhiên, như chúng ta đã thấy, bộ não của chúng ta chủ động và phức tạp hơn nhiều so với những giả định trước đây. Nếu bộ não chủ động xây dựng kinh nghiệm của nó, học tập là một quá trình phức tạp hơn là đơn giản thưởng cho hành vi tốt và phạt những hành vi xấu. Những học thuyết giáo dục theo cơ giới hoá dường như không thể duy trì trước những tiềm năng mới được khám phá về bộ não chúng ta.

Học thuyết về việc học tập có hệ thống

Học thuyết về việc học tập có hệ thống nhấn mạnh rằng nó không chỉ đơn giản là kết hợp một sự khuyến khích cho trước với phản hồi được mong đợi. Thay vào đó, học viên chủ động tổ chức kinh nghiệm dựa theo cả quá trình sinh lý học (giống như cách não của chúng ta tổ chức màu sắc, ánh sáng và bóng tối vào vật thể mà chúng ta quan sát) và quá trình tâm lý học liên quan đến động lực, nhu cầu và mục đích của con người.

Những nhà tâm lý học theo chủ nghĩa nhân văn như Abraham Maslow và Carl Rogers phát triển các học thuyết về những nhu cầu tâm lý, bản năng ảnh hưởng tới quá trình tiếp thu kiến thức. Với cả hai người, vấn đề chính không phải là việc phản ứng bị động đối với các tác động bên ngoài dẫn đến biến đổi hành vi, mà là quá trình tự thể hiện tiềm năng của mình.

Rogers đã trình bày rõ ràng tập hợp giả thuyết định nghĩa loại hình học tập lấy sinh viên làm trung tâm. Những học thuyết này nhấn mạnh rằng một người không thể được dạy mọi thứ một cách trực tiếp và người thầy chỉ có thể giúp việc học tập của người khác trở nên thuận tiện hơn; khả năng tiếp thu đáng kể chỉ diễn ra với những điều được lĩnh hội như duy trì và nâng cao cấu trúc của bản chất (chẳng hạn như sự trừng phạt không dẫn đến việc tiếp thu bài học); kinh nghiệm được xem như mâu thuẫn với bản chất, chỉ có thể học được với điều kiện người đó cảm thấy thực sự an toàn, không đe doạ nới lỏng giới hạn của nó; và kinh nghiệm học tập hiệu quả nhất là trong đó học viên cảm thấy mối đe doạ ít nhất và được giúp đỡ để được trải nghiệm nhiều nhất.

Trong cuốn *Openmind/Whole mind*, Bob Samples đã đưa ra một

bước tiến mới trong học thuyết về việc học tập. Rút ra từ nghiên cứu của nhà thần kinh học Karl Pribram, nhà vật lý học David Bohm và nhà hoá học Ilya Prigogine, Sample đã tạo ra kiểu mẫu mới - không hạn chế ý thức của não bộ, hệ thống chính thể luận tác động lẫn nhau theo nhiều hướng với môi trường xung quanh. Tôi muốn đưa ra một vài giả định của ông ta về việc làm thế nào hệ thống này có thể hoạt động, bởi vì vài điểm có liên quan tới sự am hiểu việc học tập lâu dài.

- Hệ thống não bộ được xem như một tổng thể thống nhất.

- Tất cả các phần của hệ thống não bộ biết mọi thứ mà các phần khác biết. Chúng ta có thể mở rộng phạm vi tập trung của chúng ta vào trong hệ thống não bộ của bản thân. Chúng ta có thể chọn lựa sử dụng nhiều loại kết nối giữa những kinh nghiệm của chúng ta hơn nữa.

- Chúng ta chú ý tới càng nhiều cách kết nối hệ thống não bộ thì chúng ta càng thêm tỉnh táo, tăng cường sự linh hoạt và trôi chảy của chức năng trí tuệ.

- Chúng ta càng coi trọng và đánh giá cao cách trí tuệ hoạt động thì càng có nhiều cách để thể hiện bản thân và tương ứng là có thêm càng nhiều phương pháp học tập.

- Chúng ta không thể không sử dụng toàn bộ hệ thống não bộ. Sự phản hồi của chúng ta đối với cuộc sống quyết định và bị quyết định bởi chính chúng ta hiện nay và con người chúng ta trong tương lai

Trên đây là một cái nhìn sơ lược về hai loại học thuyết giáo dục. Những học thuyết cứng nhắc lâu đời và truyền thống đào tạo ra những học viên thụ động, giống như điều chúng ta đã trải qua trong trường học thuở nhỏ - học hành bị chi phối và ảnh hưởng bởi hệ thống thưởng - phạt bằng điểm số và bằng cấp.

HỌC THUYẾT GIÁO DỤC VÀ HỌC TẬP SUỐT ĐỜI

Tổng kết hay nhất về những thay đổi cần thiết trong các học thuyết giáo dục đã được trình bày tại một hội thảo quốc tế chưa từng có - Hội nghị thượng đỉnh về giáo dục tổ chức tại Washington năm 1988. Đến dự có các nhà nghiên cứu, những người đưa ra các phát

kiến mới đã nói đến ở trên và cả các nhà giáo dục đổi mới đi đầu trong việc áp dụng những phát kiến này vào trong lớp học tại các trường phổ thông và đại học. Hội nghị này dựa trên nguyên lý khả năng tư duy không phải là một cấu trúc tĩnh tại mà là một hệ thống mở và năng động, có thể liên tục phát triển suốt cuộc đời và bởi vậy mọi người ở mọi lứa tuổi đều có thể học hành.

Sau đây là cách thức mà các chuyên gia hàng đầu thấy giáo dục cần phải được thay đổi để phù hợp với những điều hiện nay chúng ta biết về bộ não:

Giáo dục truyền thống nhấn mạnh vào	Giáo dục hiện đại nhấn mạnh vào
Thuộc lòng và lặp lại Phát triển trí tuệ cụ thể và theo đường thẳng Sự tuân thủ Nỗ lực cá nhân/cạnh tranh Phương pháp gò bó không thay đổi Học theo nội dung định sẵn Giáo viên là người cung cấp thông tin Chương trình phân hoá thành các phần Đồng đều về văn hoá Môi trường dạy học riêng biệt Công nghệ trở thành một công cụ bị lãng quên Hạn chế sử dụng các tiện nghi Có sự can thiệp của phụ huynh Tự quản lý trong cộng đồng Thời đại công nghiệp	Yêu thích và hứng thú học hành Khả năng toàn diện của con người trong việc phát triển đạo đức, trí tuệ, và thể chất Tôn trọng tính đa dạng và cá nhân Nỗ lực cộng tác / kết hợp Suy nghĩ, sáng tạo và trực giác Quy trình học tập với các nội dung chất lượng Giáo viên là người hỗ trợ việc học tập Học tập liên quan đến nhiều lĩnh vực Sự tương đồng và khác biệt về văn hoá Môi trường dạy học cộng tác Công nghệ là công cụ không thể thiếu Sử dụng các tiện nghi linh hoạt Mở rộng sự cộng tác của phụ huynh Cộng tác với cộng đồng Xã hội học tập / thông tin

Những chương tiếp theo sẽ giải thích bằng cách nào mà sự thay đổi tầm quan trọng của giáo dục hiện đại có thể dẫn tới cách tiếp cận đặc biệt cho người trưởng thành muốn đánh thức lòng say mê học tập.

3. ĐẠT TỚI TRẠNG THÁI SẢNG KHOÁI, ĐỂ VƯỢT QUA NỖI SỢ HỌC TẬP

Học tập và cảm xúc của chúng ta có liên hệ mật thiết với nhau. Cảm xúc có thể quyết định việc chúng ta tập trung vào việc học một cách dễ dàng hay khó khăn như thế nào, hay khả năng chúng ta có thể chuyển thông tin từ dạng ghi nhớ ngắn sang ghi nhớ lâu dài tốt đến đâu. Tất nhiên, chúng ta đều biết rõ điều này từ những trải nghiệm của bản thân, ví dụ nếu chúng ta ghét môn tiếng La-tinh thì việc học để vượt qua được bài kiểm tra hoàn toàn là một sự tra tấn.

Chúng ta có lẽ đã quên mất rằng điều ngược lại cũng đúng: Nếu chúng ta cảm thấy thích môn học nào đó, thì việc học tập dường như trở nên nhẹ nhàng. Chúng ta có thể quá miệt mài đến nỗi không nhận ra nỗ lực đã bỏ ra hay thời gian đang trôi đi. Trong chương này và các chương tiếp theo, chúng ta sẽ xem xét mối quan hệ này chi tiết hơn. Chúng ta muốn hiểu được do đâu cảm xúc xoá tan mọi hứng thú học tập hoặc thậm chí toàn bộ khả năng học hành. Quan trọng hơn, chúng ta muốn thấu hiểu những cảm xúc khích lệ học tập và biến nó trở thành một niềm vui và sự ham thích, bởi vì chính những cảm xúc này mới giúp chúng ta trở thành những học viên xuất sắc nhất.

Hai vấn đề then chốt ở đây là những cảm xúc của bạn rất quan trọng đối với việc học hành và bạn có thể tự thay đổi cảm xúc của mình. Trong khi điều đầu tiên có vẻ khá rõ ràng từ những ví dụ chúng ta đã xem xét ở trên, bạn có lẽ chưa nhận ra là những cảm xúc hình thành trong suốt những năm ngồi trên ghế nhà trường trước kia có thể ngăn trở việc học tập của bạn ngày nay! Điều đó giải thích tại sao bỏ ra một ít thời gian để xem xét những nỗi lo lắng trước đây là rất quan trọng để bạn có thể hiểu những cảm xúc đó có ý nghĩa gì, chúng đến từ đâu và cách thức đương đầu với chúng.

Tuy nhiên, vấn đề thứ hai mới chính là mấu chốt. Nếu cảm xúc của chúng ta bị đóng kín và không còn hy vọng để thay đổi chúng thì chúng ta sẽ bị sa lầy và không còn phương pháp cứu chữa nào. Nhưng đơn giản là điều đó không chính xác. Khi cuộc sống của chúng ta tiếp

diễn, cảm xúc của chúng ta liên tục tiến triển dựa trên kinh nghiệm của bản thân. Chúng ta biết rằng cảm xúc có thể thay đổi, từ việc phát hiện ra rằng chúng ta có thể ngày càng thích thú đối với một số điều mà chúng ta từng ghét bỏ hay từ việc nhận ra rằng một vài người chúng ta từng coi như thần tượng cũng có vài thói xấu.

Chúng ta cần phải học cách nhận ra một cảm xúc, đặt tên cho nó, liên hệ nó với những trải nghiệm khác, nhận ra sự khác nhau giữa hoàn cảnh hiện tại với cái tương tự trong quá khứ, và phải quyết định thử một cách tiếp cận mới mẻ và khác biệt, bất chấp cảm xúc của chúng ta. Nếu đạt được điều này, chúng ta sẽ khám phá ra rằng cảm xúc của chúng ta về hoàn cảnh đó đã thay đổi.

Bạn có thể bắt đầu quá trình rèn luyện đó ngay bây giờ bằng cách khảo sát nguồn gốc của những tâm lý tiêu cực về học hành và áp dụng những bước đầu tiên trong việc loại bỏ chúng. Chương này sẽ khám phá tại sao con người lại có những nỗi sợ đó, chúng là gì, chúng đến từ đâu và cần phải làm gì với chúng.

CHẾ NGỰ NỖI SỢ HỌC TẬP

Triết gia Hy Lạp - Plato đã kể một câu chuyện nổi tiếng so sánh hoàn cảnh của con người với cuộc sống trong một hang động tối tăm, nơi mọi người nhìn chằm chằm vào những cái bóng lập loè trên tường tạo ra bởi sự phản chiếu mờ nhạt của ánh nắng mặt trời (hình ảnh này giống một cách kỳ lạ với hình ảnh của những kẻ nghiện truyền hình suốt ngày ngồi trên ghế bành ăn khoai tây và xem ti vi). Khi một người đàn ông thông thái khuyên rằng mọi người nên rời khỏi cái hang và thăm thú thế giới bên ngoài chan hoà ánh sáng mặt trời, họ từ chối, sợ hãi không dám rời khỏi những cái bóng quen thuộc. Họ kháng cự cơ hội được học tập - được nhìn thấy và nhận thức những điều mới lạ.

Tôi cho rằng điểm cốt yếu trong câu chuyện này là nhiều người không chỉ sợ hãi cơ hội để học tập mà sợ cả khả năng học tập của bản thân. Họ sợ cái trách nhiệm mà khả năng đó mang lại, sợ sự cần thiết phải đối mặt với những mâu thuẫn có thể xảy ra giữa ý kiến của một người và điều mà những người khác muốn người đó phải tin vào.

Ở đây còn một điều nữa là nỗi sợ phải thay đổi. Khi chúng ta lớn lên, chúng ta được cha mẹ và các thầy cô giáo dạy phải tin vào một số

điều nào đó. Theo nhiều cách khác nhau, những lời giáo huấn này định rõ chúng ta là ai, mối quan hệ của chúng ta với thế giới xung quanh, với cộng đồng chúng ta đang sống và với kẻ thù của chúng ta. Việc học những ý tưởng mới có khả năng thay đổi sự hình dung của chúng ta về vạn vật, bắt chúng ta phải đánh giá lại chúng ta là ai, đang cái làm gì. Đối với nhiều người điều này làm họ bối rối bởi vậy họ ngừng việc học tập.

Cả hai nỗi sợ kể trên - sợ hãi trước khả năng học tập của bản thân và sợ hãi phải thay đổi bản thân chúng ta theo những ý tưởng mới - có thể dẫn đến sự kháng cự lại việc học tập.

Tất cả chúng ta đều có trong mình sự pha trộn ở một mức độ nào đó giữa nỗi sợ hãi, sự lo lắng và sự chống đối lại việc học. Tuy nhiên, để trở thành một học viên xuất sắc, bạn phải đối mặt với những nỗi sợ hãi này, thấu hiểu và tìm ra con đường thoát khỏi chúng.

Nhưng trên đây mới chỉ là hai nỗi sợ ở cấp độ sâu sắc nhất. Còn có nhiều cảm xúc tiêu cực khác nữa, giống như những biểu hiện bề mặt phát triển từ hai nỗi sợ hãi trên. Thật không may, những nỗi sợ dễ nhận thấy hơn này thường là kết quả của những điều chúng ta trải qua trong trường học - nơi mà đáng nhẽ chúng ta phải yêu thích việc học tập. Trong nhiều trường hợp, những cảm xúc tiêu cực đó được tạo ra bởi học thuyết cũ kỹ về giáo dục dựa trên niềm tin sai lầm về việc học hành của chúng ta. Kết quả là đối với đa số chúng ta, việc học tập trở nên khó khăn và kém thú vị hơn nhiều.

Đây chính là điểm bạn có thể bắt đầu quá trình uốn nắn lại những cảm xúc tiêu cực đối với việc học hành thành sự vui sướng và ham thích mà bạn có thể có được từ phương pháp học tập đỉnh cao.

♦ ♦ ♦ ♦

Những nỗi buồn do học hành chậm chạp

Trong bài tập sau đây - bài tập có tính chất tiêu cực duy nhất mà tôi giao các bạn làm - các bạn sẽ nắm bắt lại những trải nghiệm đã dẫn bạn đến bất kỳ sự e sợ học tập nào bạn mắc phải trong hiện tại. Tôi chỉ đơn giản muốn bạn nhớ lại một ngày tiêu biểu ở trường học. Khi bạn nhớ lại ngày đó, nó sẽ gợi lên những cảm nghĩ và xúc cảm mà bạn đã học được cùng với các môn học. Những xúc cảm này đã định

hướng thái độ hiện tại của bạn đối với việc học tập - sự tự tin hay thiếu tự tin vào bản thân. Chỉ bằng cách cảm nhận lại một lần nữa thái độ thực sự của mình trước kia bạn mới có thể bắt đầu để vượt qua chúng.

Ghi lại những cảm xúc và phản ứng của bạn trong cuốn nhật ký học tập dưới bất kỳ hình thức nào bạn thích. Bạn có thể viết ra một vài từ khoá, cảm nghĩ của mình, vẽ một bức tranh hay mô tả một tình tiết bạn nhớ tới.

1. Bạn hãy ngồi trên một chiếc ghế, nhắm mắt lại, và thả lỏng. Hình dung ra bạn đang ở bên trong một lớp học quen thuộc từ những ngày bạn còn trên ghế nhà trường hay một lớp học hiện nay nếu bạn vẫn đang đi học. Hãy cảm thấy là bạn đang ngồi thật thoải mái trên chính chiếc ghế của bạn trong chính lớp học đó. Thực sự cảm thấy như cơ thể bạn đang ở trên chiếc ghế ấy. Hình dung ra cái bàn và cả các dấu vết trên nó.

2. Bây giờ hãy tưởng tượng thầy giáo đang làm một việc mà bạn có thể nhớ tới, chẳng hạn đang giảng bài cho cả lớp. Tiếp tục nhớ lại một thời điểm cụ thể nổi bật lên trong trí nhớ bạn. Thầy giáo này có coi thường bạn, một học sinh khác hay cả lớp do sự kém cỏi? Hoặc bởi vì thầy cho rằng các bạn ngu dốt. Thầy giáo đã nói như thế nào?

3. Bây giờ suy nghĩ kỹ những câu hỏi sau đây: Bạn cảm thấy như thế nào? Bạn có thấy thích thú không? Sợ hãi? Nhút nhát? Những thông tin bạn bị yêu cầu phải học có liên quan đến cuộc sống của bạn hay không? Bạn có thể hình dung được bạn sẽ sử dụng những thông tin trên trong tương lai như thế nào không? Bạn có cảm thấy mình thông minh không? Mạnh mẽ? Sáng tạo? Ngu ngốc? Còn thời gian đang trôi đi? nhanh hay chậm?

Bạn nghĩ những học sinh khác cảm thấy thế nào? Bạn có cảm nhận được sự hỗ trợ của cả nhóm? Hay bạn cảm thấy cô độc dù cho có sự hiện diện của những học sinh khác?

Bạn thấy làm thế nào thì tốt hơn? Bạn cảm thấy ra sao nếu bạn đang làm vậy? Bạn có thể học được điều gì nếu bạn ở trong hoàn cảnh đó?

Bạn có cảm thấy rằng sự việc đã qua mà bạn vừa nhớ tới được khắc hoạ lại bởi nhu cầu và cảm xúc trong tâm trí bạn không? Với các học sinh khác thì thế nào? Và với những người khác nữa?

Trải nghiệm này làm bạn cảm nhận về bản chất việc học tập như thế nào?

♦ ♦ ♦ ♦

Trong học tập, con người sợ hãi điều gì?

Khi tôi giới thiệu bài tập này trong các hội thảo của mình, tôi yêu cầu mọi người thảo luận về những điều họ cảm thấy. Chúng tôi làm như vậy để mọi người có thể hiểu chính xác những nỗi sợ hãi và lo lắng đặc trưng tạo ra bởi trường lớp góp phần như thế nào trong việc tạo ra những vấn đề chúng ta gặp phải trong học tập. Tác động của những cảm xúc như vậy rất nguy hiểm đối với tất cả các giai đoạn trong quá trình học tập. Khi bạn bắt đầu học bất cứ điều gì mới, chúng huỷ hoại sự tự tin về khả năng hiểu và nắm bắt vấn đề đó của bạn. Trong suốt quá trình học tập, chúng làm mất dần nghị lực mà bạn cần, từ đó khiến bạn sa lầy, mất đi đà tiến lên và trở nên thất vọng và chán nản. Và thậm chí ngay cả sau khi bạn đã học được điều gì đó, những cảm xúc này làm cho những điều bạn vừa học được trở nên khó nhớ và không áp dụng được, buộc bạn phải bắt đầu tất cả lại từ đầu hay thậm chí là bỏ cuộc.

Sau đây là ví dụ tiêu biểu mà các học sinh của tôi đã dùng để mô tả những cảm xúc tiêu cực đã cản trở khả năng học tập của họ như thế nào. Có thể, bạn sẽ nhận ra một vài nỗi sợ hãi của chính mình từ trong bài tập trên: Dorothy K. sợ môn Toán. Trong lúc tập, cô nhớ lại một cảm xúc mà cô thường có trong suốt thời kỳ đi học: cô không thể theo kịp những gì đang diễn ra và sợ rằng cô không bao giờ có thể bắt kịp. Kết quả dẫn đến một vòng luẩn quẩn. Khi mỗi bài toán mới được giảng trên lớp, cô vẫn đang nghĩ về bài toàn trước đó cho dù cô đã thực sự giải được nó. Điều đó đủ để làm cô sao nhãng với bài toán hiện tại. Sau bài tập, cô đã nhận ra rằng thái độ của mình đã trở thành một sự dự báo trước để tự thoả mãn bản thân.

Từ việc thảo luận hàng trăm trường hợp như vậy với học sinh của mình, tôi đã nhận biết được sáu nỗi sợ hãi học tập chủ yếu chúng ta hay mắc phải. Một khi bạn nhận ra nguồn gốc của chúng, những nỗi

sợ hãi này sẽ không còn mấy tác động lên bạn, bởi chỉ cần mô tả những cảm xúc này bằng lời có thể giúp chúng ta đối đầu với chúng từ đó giảm thiểu nỗi lo lắng của bản thân. Chúng ta sẽ theo dõi từng cái trong sáu nỗi sợ hãi:

Nỗi sợ thứ nhất: Tôi không hiểu những điều tôi đang học. Thỉnh thoảng cảm xúc này sinh ra do một diễn giả hay tác giả sử dụng những từ ngữ chúng ta không hiểu. Hoặc trong trường hợp khác chúng ta hiểu tất cả từ ngữ nhưng dường như không thể nhận ra điểm mấu chốt của nó là cái gì. Trong buổi thuyết trình hay hội thảo điều này có thể còn tồi tệ hơn. Những người xung quanh dường như đều hiểu được vấn đề. Chúng ta có thể nhìn và thậm chí nói như thể chúng ta cũng hiểu, nhưng sâu bên trong chúng ta hiểu rằng chúng ta đang giả vờ. Chúng ta cảm thấy lạc đường, không được giúp đỡ, xấu hổ và không sẵn sàng để chấp nhận rằng chúng ta không hiểu vấn đề đang được nói đến.

Trải nghiệm này thường bắt nguồn từ cách chúng ta được dạy ở trường học. Trình tự và phong cách trình bày kiến thức được quyết định bởi giáo viên. Nếu cách nhận thức sự vật của mỗi bản thân chúng ta không giống nhau, quá trình thích nghi là rất ngắn. Hơn nữa, chúng ta được trông đợi để nắm vững cùng một khối lượng tài liệu như những học sinh khác cùng lớp. Người ta không hề quan tâm tới phần nào khiến chúng ta thực sự thích thú, muốn tìm hiểu sâu hơn và phần nào chúng ta không để tâm nhiều lắm. Cuối cùng, chúng ta hiếm có cơ hội sử dụng tài liệu theo cách của chính mình để áp dụng chúng vào sở thích hay các mối quan tâm của bản thân hoặc tạo ra mối liên hệ riêng đối với những sự vật khác mà chúng ta đã biết.

Không có điều gì trên đây bắt buộc phải áp dụng vào cách học của chúng ta ngày nay. Là những người trưởng thành, chúng ta có thể và nên học tập theo phương pháp riêng, theo trình tự đã được xác định và tuỳ thuộc vào mức độ ưu tiên của từng cá nhân. Chỉ khi chúng ta cho phép bản thân quên đi cảm xúc thiếu sự giúp đỡ, và nếu cảm xúc đó sinh ra, chúng ta sẽ có các cách thức hiệu quả để đối đầu với nó.

Nỗi sợ thứ hai: Tôi không phải là người có thể học môn này. Cho dù ở trường bạn là một học sinh giỏi đến đâu, chắc chắn có một số thứ bạn nghĩ là bạn không thể học nổi. Đối với nhiều người đó là toán học, đối với một số người khác nó có thể là ngoại ngữ, hội hoạ, thể dục, nghệ thuật bán hàng hay nghề mộc.

Lý do chúng ta cảm thấy như vậy một lần nữa liên quan tới phong cách học tập của cá nhân. Như đã biết, mỗi chúng ta có một bộ não duy nhất. Sự phối hợp giữa não bộ và kinh nghiệm trong cuộc sống tạo ra những năng khiếu nào đó, thường đó là những khả năng chúng ta đã bắt đầu rèn giũa từ khi còn bé. Những năng khiếu này chính là những khởi đầu thuận lợi cho cá nhân mỗi chúng ta.

Bởi nền giáo dục trong trường học của chúng ta có xu hướng chỉ nhượng bộ tối thiểu đối với các phong cách học tập khác nhau hay thậm chí các sự khác biệt trong nội dung môn học, chúng ta thường cảm thấy rằng thật khó khăn để có thể hoàn thành việc học tập trong một vài lĩnh vực. Tuy nhiên, là học viên xuất sắc chúng ta có thể thử theo nhiều cách. Nếu một phong cách học tập không thích hợp với chúng ta trong một vài môn học, chúng ta có thể chuyển qua các cách khác để thu nhận lượng kiến thức mà chúng ta cần. Nếu việc học từ vựng và ngữ pháp làm chúng ta buồn chán đến phát khóc, chúng ta có thể học tiếng Nhật hay tiếng Tây Ban Nha bằng cách tới những lớp mọi người mới học để làm quen và hoà nhập với nhau.

Nỗi sợ thứ ba: Tôi không biết cách để học cái này một cách hiệu quả. Như đã được nhắc đến ở Chương 1, hình thức phổ biến trong việc giáo dục ở các trường học là ra lệnh cho học sinh “đi đi và học cái này” mà không bao giờ có một chỉ dẫn về cách bạn được cho là sẽ học nó. Chẳng có mấy thứ có thể giết chết sự hứng thú học tập một cách hữu hiệu hơn là một thử thách có rất ít hướng giải quyết và không có cả nơi để bắt đầu.

Điều đó giống như là khi bạn khởi hành một cuộc đi bách bộ dã ngoại cùng vài người bạn. Họ đã nói cho bạn biết nơi họ sẽ cắm trại và nơi để bạn đậu xe. Bạn đi ra ngoài và hoang mang khi nhìn thấy cánh rừng: bạn nên chọn con đường mòn nào? Nên chú ý đến những cột mốc nào? Nhưng một khi bạn biết mình phải làm như thế nào, mọi chuyện trở nên thật dễ dàng và ngộ nghĩnh.

Phương pháp học tập đỉnh cao sẽ cho bạn những “dấu hiệu chỉ dẫn trên con đường mòn” bạn cần để học những thứ bạn muốn học - và để có thể cảm thấy thích thú suốt con đường đó. Một khi bạn có vài lựa chọn để thử trong các tình huống học tập khác nhau, bạn sẽ không bao giờ cảm thấy lạc lối vì không biết phải bắt đầu từ đâu.

Nỗi sợ thứ tư: Tôi sẽ không nhớ được những điều tôi đang học.

Hầu hết chúng ta ghi nhớ theo kiểu nhồi sọ một cách điên cuồng những sự kiện, ngày tháng, tên tuổi và cứ như thế trong đêm trước ngày thi. Chúng ta vượt qua kỳ thi và thư giãn. Tuy nhiên, ngày hôm sau chúng ta may mắn lắm mới nhớ được một nửa những thứ chúng ta đã phải cố gắng để học.

Lại một lần nữa, trường học đã cho chúng ta một cái nhìn sai lệch về việc học tập. Đối với các khoá học ở trường, chúng ta được kiểm tra định kỳ về mức độ có thể nhai lại đống kiến thức đã được nhớ nhiều đến đâu và được đánh giá gián tiếp bằng việc so sánh khả năng ghi nhớ của chúng ta với những người khác. Trong hệ thống đó, thực tế là hầu hết học sinh đã quên tới 90% kiến thức trong vòng một tuần sau kỳ kiểm tra liên quan. Thật là một sự phí phạm thời gian và công sức.

Nhưng trong cuộc sống thực - điều mà phương pháp học tập đỉnh cao hướng tới - bạn có thể lựa chọn để ghi nhớ nhiều hay ít thông tin tuỳ thích, tuỳ thuộc vào điều bạn cần, cảm thấy có liên quan hay thích thú khi sử dụng. Một khi có cái nhìn tổng thể về một môn học, bạn chỉ cần nắm bắt vừa đủ để có thể nhận ra các mối liên hệ với những điều xung quanh. Đơn giản là không cần phải ghi nhớ mọi thứ trong đầu bạn. Không ai so sánh bạn với những người khác xem bạn có thể nhớ được bao nhiêu.

Nỗi sợ thứ năm: Tôi cảm thấy xấu hổ vì tôi không biết một số điều. Bất cứ khi nào chúng ta thử học một cái gì đó, chúng ta phải bắt đầu bằng cách *chấp nhận chúng ta chưa hề biết gì về nó*. Thông thường điều đó có nghĩa là chúng ta cần một số sự giúp đỡ để bắt đầu - thậm chí nếu đó chỉ là lời giới thiệu một cuốn sách.

Nhưng kể từ khi lần đầu tiên ngồi trong phòng học và thầy giáo gọi trả lời câu hỏi chúng ta không biết, chúng ta đã được dạy rằng thật xấu hổ khi công nhận chúng ta không biết một điều gì đó. Ở trường học trong hầu hết các trường hợp giáo viên được coi như biết những điều đáng để biết và công việc của những học sinh như chúng ta là học những điều đó từ họ. Nếu chúng ta không học được những điều mà giáo viên biết, chúng ta sẽ bị phạt vì không biết. Ngày nay, khi chúng ta cố gắng trở thành “những học viên thực thụ”, chúng ta khơi lại tất cả những sự oán giận vì đã bị điều khiển, đánh giá và đặt vào vị trí là “những học sinh”.

Nhưng bây giờ khi đã trưởng thành mọi thứ khác biệt rất nhiều đối với chúng ta. Không như những sự cưỡng ép và nghĩa vụ trong các mảng khác của cuộc sống, là những người tự học chúng ta hoàn toàn được tự do để khám phá bất cứ điều gì chúng ta muốn, bất cứ khi nào và dưới bất kỳ hình thức nào. Không có ai nhạo báng chúng ta bởi vì chúng ta không biết một điều gì đó mà chúng ta bị cho là phải biết - sự đánh giá duy nhất đáng chú ý là sự tự đánh giá của chúng ta.

Nỗi sợ thứ sáu: Có quá nhiều thứ để học. Lại một lần nữa, những gì trải qua tại trường học cho chúng ta một nhận định sai lầm. Trong trường học, việc học tập được tổ chức theo các khoá học với một khối lượng kiến thức xác định. Điều đó giống như chúng ta phải ăn toàn bộ một con bò, khi chỉ muốn một cái bánh hamburger ăn nhanh. Bởi vậy, chúng ta bị để lại với một niềm tin rằng để học một điều gì đó có nghĩa là nắm vững tất cả những chi tiết nằm trong những cuốn sách giáo khoa dày cộp, nặng trịch. Quan niệm đó góp phần tiêu diệt bất cứ sự thích thú hay mối quan tâm nào mà lẽ ra chúng ta đã tìm thấy ở các môn học.

Nhưng, lại một lần nữa thế giới thực hoàn toàn khác. Không có các môn học, các khoá học, khối lượng kiến thức ấn định bắt buộc bạn phải học (lần cuối cùng bạn thấy hàng rào quanh một tảng đá ghi rằng:"Cần phải có kiến thức ngành địa chất là khi nào?").

Thay vào đó, học tập là một quá trình không ngừng nghỉ mà đầu tiên bạn nhận biết những điều hấp dẫn bạn, và có thể tìm hiểu chúng tới bất cứ mức độ nào bạn muốn. Tiếp theo, bạn xử lý kiến thức đó và dựa vào nó, ứng dụng vào nơi hữu ích cho mục đích của bạn. Sau đó, bạn quyết định xem những gì thực sự có ích và đáng để giữ lại, trong khi ghi chú lại nơi bạn có thể tìm thấy những phần còn lại khi cần đến. Cuối cùng, bạn bắt đầu thực hiện lại toàn bộ chu trình.

Điều quan trọng là bạn đã làm được bao nhiêu và làm cái gì với chúng, không phải là ý kiến của ai đó về việc cần phải học bao nhiêu về một vấn đề.

Hãy nhớ rằng tất cả chúng ta phải đấu tranh với những nỗi sợ hãi này khi trở lại khoá học của mình. Để thay đổi, tiến lên và có khả năng sử dụng tiềm năng của mình nhiều hơn nữa, chúng ta phải từ bỏ những phần của bản thân cản trở con đường của chính chúng ta. Cái giá chúng ta phải trả cho một cuộc sống vui vẻ, trọn vẹn và thoả mãn

hơn là phải bước ra khỏi những hang động của chính mình và bỏ lại đằng sau bóng tối với những cái bóng nhạt nhoà lay động.

NHỮNG ĐIỀU HOANG ĐƯỜNG VỀ HỌC TẬP

Đối với hầu hết chúng ta, những năm trong trường phổ thông và đại học đã nhồi nhét những niềm tin đối với quá trình học tập không còn có thể áp dụng khi đã là người lớn. Suốt các khoá học, chúng ta tiếp thu một kiểu thần thoại hoang đường về học tập. Bất cứ môn học nào bạn nghĩ rằng mình đang học, bạn cũng được dạy một chương trình thuộc về tiềm thức định hình cách nhìn của bạn về cách bạn học.

Phần sau đây sẽ phân tích tỉ mỉ chúng một cách nhanh chóng, đầu tiên bằng cách nêu lên mỗi điều hoang đường dưới dạng trần trụi nhất của nó, sau đó xem xét xem nó từ đâu đến và sau cùng trình bày rõ ràng sự thật của vấn đề.

Điều hoang đường thứ nhất: Học tập là một hoạt động nhàm chán, không thể thích thú. Cảm giác nhàm chán trong lúc học bắt nguồn từ việc bản thân chúng ta bị bắt ép phải học những thứ chúng ta không quan tâm, trong môi trường không thích hợp, và chẳng liên quan gì tới nhu cầu hay phong cách của bản thân chúng ta.

Hơn nữa, rất có thể bạn quá trông minh so với trình tự học tập điển hình trong trường phổ thông và cả đại học, nơi công việc ở trên lớp thường là sự lặp đi lặp lại được chỉ đạo bởi chương trình học, sách giáo khoa, và với một nhịp độ coi tất cả như một nhóm có chung khả năng ở mức độ thấp nhất. Cố gắng làm chậm lại tư duy của bạn khiến cho việc học tập trở nên buồn tẻ.

Nhưng học tập thực sự là sự trải nghiệm tự nhiên và hấp dẫn nhất mà bạn có thể tham gia. Học tập có thể dịch chuyển với tốc độ của ý nghĩ, bỏ xa bất cứ máy vi tính nào hiện nay.

Sự thật là: Học tập có thể trở thành một trong những hoạt động say mê và hấp dẫn nhất mà bạn có thể tham gia - và nó còn là con đường ngắn nhất dẫn tới điều bạn muốn và cần phải biết.

Điều hoang đường thứ hai: Việc học tập chỉ liên quan đến những môn học và kỹ năng được dạy trong trường học. Chương trình giáo

dục chính quy tại các trường học chỉ là mẩu vụn của những điều đáng để biết tới. Nếu được thiết kế cẩn thận, một chương trình giáo dục cá nhân cho bạn công cụ mà với nó bạn nắm chắc được việc học tập của mình.

Những người thành công nhất tự chọn đường đi riêng một khi họ được tự quyết.

Sự thật là: Đối với bạn, những môn học và kỹ năng học tốt nhất hoàn toàn phụ thuộc vào việc bạn muốn bản thân và cuộc sống của bạn trở thành như thế nào. Điều này là đúng bởi mỗi người trong chúng ta có một phạm vi quan tâm riêng.

Điều hoang đường thứ ba: Chúng ta phải thụ động và dễ tiếp thu để có thể "lĩnh hội" được tri thức. Đây là một quan niệm lạc hậu về nền giáo dục được miêu tả chuẩn xác nhất là "rót kiến thức vào một cái bình rỗng". Điều đó không thể áp dụng đối với việc học tập của những người trưởng thành. Trong chương trước, chúng ta đã lưu ý rằng bộ não là một cơ quan linh động và có kết cấu riêng. Học tập qua thực hành là quan niệm đúng đắn hơn nhiều so với việc nhận thức một cách thụ động và phụ thuộc vào sách vở.

Cách thích hợp để hiểu điều này là nghĩ tới một nhà phát minh. Ông ta hay bà ta muốn tạo ra một đồ vật để làm gì đó và có lẽ phải thử nhiều sự kết hợp khác nhau giữa các bộ phận để làm ra sản phẩm chính xác. Với mỗi lần thử nghiệm, nhà phát minh phải đánh giá xem mình đã đạt được gần tới sản phẩm cuối cùng đến mức nào. Mỗi một lần thử nghiệm mới lại "tạo ra kiến thức", và chính kiến thức đó là điều không thể tiếp thu một cách thụ động từ sách giáo khoa bởi trước đây chưa ai chế tạo ra đồ vật này. Bởi vậy, mỗi hành động kiểm tra bộ phận đó đem tới những tri thức mới, thậm chí môn học mới. Điều này không hề giảm sự đúng đắn nếu bạn không phải là một nhà phát minh.

Sự thật là: Học tập thực sự là một quá trình chủ động nghiên cứu kiến thức, đánh giá nó theo các mục đích và tiến tới những hành động tiếp theo. Bạn sẽ được trực tiếp cảm thấy điều này bằng những phương pháp sẽ được miêu tả trong cuốn sách sau này.

Điều hoang đường thứ tư: Để học, bạn phải đặt mình dưới sự kèm cặp của giáo viên. Giáo dục trong hầu hết trường phổ thông và

đại học dựa vào giáo viên như lực lượng hướng dẫn và điều khiển. Giáo viên quyết định phạm vi của môn học, cách tiếp cận, trình tự, các điểm nhấn và phong cách học. Giáo viên là người quyết định bạn đã hài lòng với việc học hay chưa và phải làm gì nếu bạn chưa đạt được điều đó.

Tất nhiên, một giáo viên tốt có thể là một nguồn tuyệt vời cho việc học tập của bạn. Nhưng bạn thu nhận được nhiều nhất từ giáo viên bằng cách sử dụng họ đúng thời điểm và mục đích. Đối với phần lớn việc học hành, bạn có thể tìm thấy các nguồn hiệu quả và thuận tiện hơn: một băng cassette trong ôtô để nghe trên đường đi làm hàng ngày, một cuộc hội thảo lý thú với rất nhiều những chuyên gia về một lĩnh vực mới mẻ, một băng video hay chương trình máy tính bạn có thể chơi khi cảm thấy thích vào lúc tối muộn, sáng sớm hay vào cuối tuần.

Sự thật là: Là một người trưởng thành, bạn phải chịu trách nhiệm về việc học tập của mình. Giáo viên là một nguồn quan trọng cho bạn sử dụng, nhưng họ chỉ nên là người trợ giúp khi cần đến chứ không phải người điều khiển bạn. Việc học tập là của bạn chứ không phải của họ.

Điều hoang đường thứ năm: Học tập phải có hệ thống, kế hoạch và logic. Điều hoang đường này phát sinh từ việc chúng ta thấy trong các lớp học luôn có sẵn một chương trình hay giáo trình - một kế hoạch hoàn chỉnh để học một môn học. Tiến trình này đã được định ra trước khi chúng ta bước chân vào trường lớp, và công việc của chúng ta là đi theo nó. Giáo trình đề ra những điều sẽ được giảng dạy, thứ tự giảng dạy, sử dụng những tài liệu gì, và chúng ta sẽ được kiểm tra ra sao.

Nhưng các nghiên cứu đã tiết lộ rằng đó không phải là cách học tự nhiên - tự nhiên ở đây nghĩa là bên ngoài lớp học. Trong thế giới hàng ngày, và trong cuộc sống của những học viên xuất sắc nhất (các nhà văn, nghệ sĩ, giáo viên, các doanh nhân và chuyên gia cao cấp), học tập tiến triển một cách hữu cơ. Khi được phỏng vấn về việc học tập, những người đó đều nhanh chóng nhớ ra rằng phần lớn việc học là tự phát, thậm chí là may mắn tình cờ.

Nói tóm lại, bất cứ môn học nào đều có vô số điểm bắt đầu và vô số cách bạn có thể tạo ra con đường của mình để vượt qua nó. Con

đường của mỗi học viên trưởng thành là riêng biệt, dựa trên hướng đi và chủ đề nào hấp dẫn và có ích nhất đối với cá nhân.

Sự thật là: Việc học tập tốt phải cân bằng giữa sự hợp lý và linh hoạt của các kế hoạch. Việc học tập của người trưởng thành dễ bị ảnh hưởng bởi sự thay đổi các mối quan tâm và các cơ hội hiện hữu.

Điều hoang đường thứ sáu: Học tập cần phải triệt để, nếu không thà không học còn hơn. Trong trường học, tiêu chuẩn thành công là phải đạt được điểm 10 hoặc một A - có nghĩa rằng bạn phải học hầu như mọi thứ giáo viên đưa ra trong khoá học. Nhưng điều gì sẽ xảy ra nếu môn học đó không phải là mục tiêu của bạn? Giả sử bạn chỉ thấy hai chuyên đề trong toàn bộ khoá học là thực sự khiến bạn quan tâm, bỏ thời gian nghiên cứu, áp dụng chúng và dựa vào chúng. Lúc này, có lẽ bạn đã thực sự đưa việc nghiên cứu đó tới điểm mà bạn sẽ có một vài phát kiến hoặc tư tưởng độc đáo cho riêng mình về hai chuyên đề này. Nhưng tất nhiên bạn sẽ trượt bài thi cuối kỳ.

Ý tưởng "bao hàm toàn bộ môn học" được phát minh bởi các giáo viên và những nhà tư vấn của họ như là một cách đo lường họ có đang thực hiện hoàn thiện công việc của mình hay không. Nó chẳng mấy liên quan tới những học viên trưởng thành. Hơn nữa, đối với nhiều môn học và kỹ năng, bạn có thể học 80% những gì bạn muốn hoặc cần phải biết trong 20 tiếng đồng hồ đầu tiên.

Sự thật là: Một trong những quyết định hữu ích nhất cho bất kỳ kế hoạch học tập nào chỉ đơn giản là có bao nhiêu môn học bạn muốn và cần phải học - quyết định tốt nhất thường được đưa ra sau khi bạn đã bắt đầu, không phải là trước đó.

TRẠNG THÁI HỌC TẬP SẢNG KHOÁI - SỰ XOÁ BỎ ĐIỀU HOANG ĐƯỜNG VỀ HỌC TẬP

Trạng thái này đã được nghiên cứu chuyên sâu bởi các nhà tâm lý học trong 15 năm gần đây. Họ đã phỏng vấn và kiểm tra các sinh viên, người lao động chân tay, các chuyên gia và người có tuổi. Tất cả đều đưa đến kết quả là: Khi bộ não chúng ta làm việc trong trạng thái tinh thần đặc biệt này, chúng ta có thể vượt qua những nỗi sợ hãi trong việc học.

Trạng thái trên được gọi là sảng khoái, và nó có ý nghĩa quan

trọng sống còn đối với hạnh phúc của cá nhân.

Sảng khoái là trạng thái mà trong đó học tập và hạnh phúc hầu như hoàn toàn hợp nhất. Một bài báo trên tờ *New York Times* đã mô tả nó như là "một trạng thái tập trung dẫn đến sự tiếp thu tuyệt đối trong một hoạt động". Trong trạng thái này, các hoạt động trôi đi một cách dễ dàng từ trong suy nghĩ, bạn cảm thấy mạnh mẽ, tỉnh táo và không lúng túng. Sảng khoái chính là cảm xúc tuyệt diệu rằng bạn đang điều khiển hiện tại và hoạt động ở đỉnh cao năng lực của mình... các nghiên cứu cho rằng trạng thái này có lẽ là một cạnh chung trong sự trải nghiệm của con người".

Trạng thái sảng khoái xảy ra trong bất kỳ hoạt động nào. Trong thể thao, đó là thời khắc bạn đạt tới mức độ mà khả năng và thành tích thể hiện của bạn vượt trội. Trong âm nhạc, nó xảy ra khi bạn đã hiểu quá rõ nhạc cụ của mình và bản nhạc đến mức bạn chỉ cần chơi thôi, như thể bạn đã trở thành chính nhạc cụ và âm nhạc đó... Trạng thái sảng khoái có một số nét đặc trưng tiêu biểu:

Trạng thái học tập này có thể xảy ra khi những thử thách bạn nhận thấy tương xứng với những kỹ năng đã lĩnh hội được. Có lẽ đặc trưng chủ chốt nhất chính là sự cân xứng tinh tế giữa những gì bạn coi như là thử thách phải đối mặt và cách bạn nhìn nhận khả năng của bản thân trong việc đối đầu với thử thách này. Sự nhận thức ở đây rất quan trọng bởi như chúng ta đã biết, trí tuệ chủ động xây dựng hoàn cảnh mà nó đối mặt. Bất cứ hành động nào cũng có thể được tiến hành trong trạng thái sảng khoái nếu được nhìn nhận đúng cách.

Bước đầu tiên trong việc nhận ra các điều kiện cho sự sảng khoái là có một việc gì đó để làm, một cơ hội hành động hay thử thách. Bước tiếp theo là nhận ra rằng bạn có một số kỹ năng có thể sử dụng để quyết định sẽ phải làm gì tiếp theo. Sự cân xứng giữa hai điều trên sẽ bắt đầu khởi động trạng thái sảng khoái.

Hãy thử làm rõ hơn vấn đề về sự cân xứng này bằng cách so sánh nó với những trải nghiệm mà trong đó có sự không cân xứng giữa thử thách và kỹ năng. Hãy hình dung bạn phải học một khoá dành cho người mới học về công việc mà bạn đang làm để kiếm sống. Kỹ năng và kinh nghiệm của bạn đã bỏ xa những điều đang được dạy. Ngồi mãi một chỗ để nghe những lời giải thích không ngừng nghỉ về những

điều bạn đã biết là một cực hình khủng khiếp, buồn chán vô cùng. Trường hợp vừa rồi thuộc về *vùng ăn không ngồi rồi.*

Mặt khác, giả sử bạn phải tham gia một buổi hội thảo cho những người đã có bằng cấp về một lĩnh vực mà bạn không biết một chút gì - ví dụ như Vật lý lượng tử. Diễn giả cứ nói mãi trong khi bạn ngồi đó, hiểu được một trong số 100 từ. Bạn đang ở trong *vùng quá sức*.

Trạng thái học tập sảng khoái là cảm giác kiểm soát hoàn cảnh. Kèm theo sự cân xứng nhận thấy ở trên là một đặc trưng khác của việc trải nghiệm sự sảng khoái: một cảm giác kiểm soát.

Trạng thái sảng khoái diễn ra trong những tình huống mà trong đó một người đã vạch ra rõ ràng mục tiêu và có được các ý kiến phản hồi. Các trò chơi cung cấp một hình mẫu tốt để miêu tả các nét tiêu biểu khác của sự trải nghiệm trạng thái sảng khoái.

Trong khi trải nghiệm trạng thái sảng khoái, việc tập trung cao độ giúp bạn phát triển khả năng liên kết những hành động vô thức với sự nhận thức và giúp bạn quên đi thời gian. Hãy nghĩ đến những đứa trẻ mới làm quen với trò chơi điện tử, thậm chí khi đó chỉ là trò ném thú trên máy điện tử xèng. Việc cần phải làm gì để tìm ra kho báu hay tiêu diệt những quái thú xâm lược dường như hoàn toàn rõ ràng trong từng thời điểm. Bởi vậy, bạn dễ dàng mất đi cảm nhận về thời gian, quên đi cơn đói, và thậm chí cả sự đau đớn cho đến khi bạn ngừng chơi.

Bởi vậy, trong một tình huống xác định mà trong đó thử thách tương xứng với kỹ năng và có cảm giác kiểm soát, hoàn toàn có thể có sự tập trung cao độ vào các chỉ dẫn liên quan để kết hợp giữa hành động và sự tính toán theo một cách làm mất đi ý thức và thậm chí làm thay đổi cả cách bạn cảm nhận thời gian đang trôi đi. Đặc trưng này là điều tiếp theo chúng ta cần tới trong việc trải nghiệm cảm xúc sảng khoái trong học tập.

Những trải nghiệm sảng khoái sinh ra từ những động cơ bên trong không phải từ sự để tâm tới những phần thưởng hay mục tiêu bề ngoài. Csikszentmihalyi đã nhận ra rằng chức năng này quan trọng như sự cân xứng giữa thử thách và khả năng. Nó cũng là phần quan trọng nhất trong trạng thái sảng khoái đối với chúng ta, những học viên xuất sắc.

Như chúng ta đã thấy từ trước khi thảo luận về nỗi sợ học tập và những điều hoang đường, việc phải trả bài vì mục đích đạt điểm cao có thể cướp đi sự hứng thú học tập và làm nó trở thành một sự tra tấn. Chắc chắn bạn có thể hài lòng vì điểm tốt, nhưng nó không có vẻ sẽ làm cho quá trình nhồi sọ luyện thi trở nên dễ chịu.

Học tập trong trạng thái sảng khoái

Bạn sẽ cảm thấy như thế nào khi học tập trong trạng thái sảng khoái? Bạn sẽ trải nghiệm điều gì nếu bạn đặt bản thân vào tâm trạng đó bất cứ khi nào bạn muốn? Sau đây là miêu tả của một vài khách hàng và những người tham gia vào các hội thảo của tôi:

Helen học buôn bán bất động sản

Trạng thái học tập sảng khoái giống với việc đang xúc cát trên bãi biển như một đứa trẻ và đổ nó vào đúng chỗ trên lâu đài cát. Chắc chắn rằng có một khối lượng kiến thức khổng lồ để học cũng như một khối lượng cát vô tận xung quanh. Nhưng tôi biết tôi theo đuổi những gì trong những cuốn sách này, tôi cần gì để xây dựng lâu đài cát của mình, và cách tiếp cận những điều cần thiết và đặt nó vào đúng nơi tôi cần nó.

Jack học tiếng Tây Ban Nha

Sau hai lần cố gắng học tiếng Tây Ban Nha bất thành trong môi trường lớp học, cuối cùng tôi đã tìm ra một cách mà tôi thấy dễ dàng và an toàn: những cuộn băng cho tôi sự tự tin rằng mình đang tiến bộ, và một trải nghiệm say mê, nơi tôi đơn giản chỉ nói tiếng Tây Ban Nha với những học viên khác trong một bữa tiệc. Cảm giác chạy theo những tác động xã hội, đôi khi rất tức cười, như là chúng ta học hỏi về ngôn từ và ngữ pháp, khiến tôi ngập chìm trong lo lắng liệu tôi có quên bài học trước trong khi học bài tập tiếp theo.

Charles học môn Thiên văn học

Không có gì làm tôi thoải mái hơn là sau một ngày làm công việc lập trình máy tính có thể nhìn thấy những thứ một người bình thường sẽ không bao giờ thấy. Đó là sự quan sát trực tiếp vũ trụ. Khi tầm quan sát tốt, tôi thường cảm thấy mình không hề để ý đến hàng giờ bỏ ra để quan sát các vì sao và các hành tinh. Được tận hưởng

cảm giác đó đã trở thành mục đích của tôi.

Fred tập chơi một trò chơi điện tử

Đầu tiên là cảm giác thất bại nhẹ nhàng khi không biết phải làm gì để chiến thắng trong trò chơi. Nhưng trong một khoảng thời gian ngắn tôi thấy mình đã nắm được những điều cơ bản, và sau đó tôi cảm thấy bị thu hút vào chính trò chơi. Tôi cảm thấy một sự thúc ép to lớn để đi xa hơn, vượt qua những giới hạn mà tôi đã vừa đạt được dưới dạng những thử thách khó khăn hơn.

Susan học nấu các món ăn Trung Quốc

Khi nấu ăn, tôi thực sự có một cảm giác tự do và thích thú. Cảm giác gần như rơi vào tình trạng thôi miên khi lựa chọn nguyên liệu và gia vị, trộn, xào, hay bất cứ cái gì và sau đó tôi có thể nếm thành quả và quyết định phải thay đổi điều gì cho lần sau.

ĐẠT TỚI TRẠNG THÁI HỌC TẬP SẢNG KHOÁI:

NHỮNG BƯỚC ĐẦU TIÊN

Để đạt tới trạng thái học tập sảng khoái, bạn có thể bắt đầu với hai bài thực hành sơ bộ: thư giãn và đánh thức người học viên tiềm ẩn bên trong bạn.

Thư giãn

Các phương pháp thư giãn chắc chắn đã được quan tâm đến từ thời con người sống trong hang động lo lắng phải đi đâu để kiếm bữa ăn tiếp theo. Trào lưu quan tâm đến thư giãn đạt tới đỉnh điểm vào những năm 1960, khi mà phương pháp nhập thiền thư giãn được các phương tiện truyền thông để mắt tới. Một vài người lảng tránh nó bởi những bộ lễ phục tôn giáo và khuynh hướng Đông phương, nhưng Tiến sĩ Herbert Benson ở Trường Y khoa Harvard đã điều tra phương pháp nhập thiền thư giãn một cách khoa học và tìm ra rằng thật sự có những sự khác biệt dễ thấy nhờ việc sử dụng những phương pháp thư giãn.

Lợi ích của thư giãn bao gồm khả năng thoát khỏi lối mòn của chính bạn. Bằng cách đều đặn luyện tập thư giãn như bài thực hành

dưới đây, bạn có thể nuôi dưỡng thói quen bỏ qua những áp lực và căng thẳng thường ngày và điều chỉnh lại trí óc cho một nhiệm vụ mới.

Trình tự thư giãn của cá nhân có thể thực hiện theo cùng cách thức. Thay vì ngồi xuống học một cái gì đó và bị sao nhãng bởi việc bạn đã khoá xe hay chưa hay bởi nhớ ra một thứ gì đó bạn quên chưa cho vào danh sách tạp phẩm cần mua, hãy bỏ ra một vài phút thư giãn trước khi bắt đầu học. Bài tập thư giãn cho phép bạn trở nên bình tĩnh, xoá bỏ sự nhiễu loạn trong tâm trí, chuẩn bị cho bạn cống hiến sự tập trung hoàn toàn vào việc hiểu thứ bạn đã chọn học.

Có nhiều bài thực hành thích hợp cho việc thư giãn trong sách và băng. Nếu bạn đã chọn một bài thực hành mà bạn thích, tiếp tục sử dụng nó.

♦ ♦ ♦ ♦

Học cách thư giãn

1. Chọn một từ tiêu điểm hay một câu ngắn bắt rễ chắc chắn trong tín ngưỡng của bạn. Ví dụ, một người theo Thiên Chúa giáo có thể chọn những từ đầu tiên trang 23 cuốn Psalm trong Kinh Thánh: "Chúa là người chăn dắt chúng ta".

2. Ngồi yên lặng trong một tư thế thoải mái.

3. Nhắm mắt lại.

4. Thả lỏng cơ thể, hơi nghiêng đầu sang bên.

5. Thở chậm và tự nhiên, nhắc lại từ tiêu điểm hay câu đó mỗi lần bạn thở ra.

6. Hãy làm ra vẻ thờ ơ. Đừng lo lắng xem bạn đang thực hiện tốt không. Khi các ý nghĩ khác xâm chiếm tâm trí, đơn giản loại bỏ chúng và nhẹ nhàng quay lại việc lập lại từ.

7. Tiếp tục trong 10 đến 20 phút.

8. Luyện tập phương pháp này một hay hai lần mỗi ngày.

♦ ♦ ♦ ♦

Khơi dậy người học viên tiềm ẩn bên trong bạn

Là những học viên xuất sắc, mỗi người trong chúng ta có một con át tiềm ẩn - một chuyên gia học hành hoàn toàn chịu sự sai khiến của chúng ta khi chúng ta cần giúp đỡ. Ở đâu? Trong trí tưởng tượng của chúng ta. Đó cũng chính là nơi liên quan tới việc "khơi dậy người học viên tiềm ẩn trong bạn". Nó là một loại tương tự như bài tập tưởng tượng mà các vận động viên Olympic sử dụng để luyện tập, một loại diễn tập tinh thần của những thành tích đỉnh cao được gọi là sự hình dung.

Cách tiếp cận này đang được sử dụng ngày càng nhiều trong thể thao cũng như nhiều lĩnh vực khác. Để luyện tập cho các kỳ Olympic, bạn không còn cần có một cuộn băng ghi bài giảng về cách đánh tennis cho bạn thấy hình ảnh chính mình đang thực hiện cú đánh nữa.

Nguyên lý cơ bản của sự hình dung ở đây liên quan trở lại với sức mạnh của trí tuệ và bộ não của chúng ta. Con người có sức tưởng tượng mạnh mẽ. Tại sao không sử dụng sức mạnh đó theo các cách chủ động, khích lệ thay vì bỏ rơi trí tưởng tượng của bản thân và dùng nó để lo lắng cho thảm hoạ có thể xảy ra?

Việc hình dung có tác dụng bởi khi bạn bỏ thời gian mường tượng mình đang làm một điều gì đó thật tốt và cho vào trí óc từng chi tiết của quy trình, bạn đang củng cố khuôn mẫu hành vi đúng theo cách mà bạn thực hiện bằng cách thực sự luyện tập nó.

Chúng ta có thể đạt được trạng thái "khả năng tột cùng" thường xuyên hơn nhiều nhờ tưởng tượng một cách sống động điều chúng ta cảm thấy khi làm điều đó. Chúng ta cũng có thể tưởng tượng mình sẽ là gì nếu có thể (ví dụ được như một vài học viên xuất sắc mà chúng ta tôn sùng). Sự xuất sắc rất dễ lan truyền. Chúng ta càng bỏ ra nhiều thời gian tưởng tượng, đóng giả Socrates, Galileo, hay Einstein ở mức độ cao nhất, việc học tập trong cuộc sống thật của chúng ta càng trở nên hứng thú.

Bài thực hành sau đây sẽ khơi dậy người học viên trong bạn và sẽ tạo ra một sự kết thúc tương xứng thú vị với bài tập đã mở đầu

chương này “những nỗi buồn vì học tập chậm chạp”.

♦ ♦ ♦ ♦

Khơi dậy người học viên tiềm ẩn bên trong bạn

Dành một chút thời gian nhớ lại trạng thái tinh thần của bạn trong lúc bạn đang trải qua thời điểm học tập tốt nhất của mình, thời gian mà kiến thức thu nhận được một cách dễ dàng, tự nhiên và hứng thú nhất. Đừng nghĩ rằng sự trải nghiệm đó phải bắt nguồn từ những ngày ngồi trên ghế nhà trường. Điều quan trọng là trạng thái tinh thần chứ không phải nội dung môn học. Bạn có thể nhớ đến bất cứ thứ gì, miễn là bạn nhớ rằng đã trải qua việc học tập đó thật vui vẻ. Nó có thể là nấu nướng, học một môn thể thao hay thú tiêu khiển, thậm chí là việc khám phá một thành phố mới.

Đó cũng có thể là một trong những kỹ năng dựa vào nó mà kiếm sống của bạn. Hoạt động có thể tương đối đơn giản như là học đánh máy hay lái xe, hoặc phức tạp như là học bảng tuần hoàn hay các phương trình tài chính.

1. Bắt đầu bằng cách thư giãn trên một vị trí thoải mái như chiếc ghế yêu thích của bạn. Hít thở sâu vài lần, sử dụng phương pháp thư giãn như bạn đã học ở bài tập trước.

2. Bây giờ, hãy nhớ lại lúc mà việc học tập tiến triển rất tốt đẹp. Bạn đang ở đâu? Bạn có thể nhớ lại những cảm giác của giác quan như là ánh sáng hay âm thanh hoặc mùi của nơi đó? Bạn ở đó với ai? Hình dung những khuôn mặt cùng tham gia, và nghe thấy giọng nói của họ. Bạn cảm thấy như thế nào?

Thời khắc này có hiếm gặp trong cuộc sống của bạn? Bạn có cảm thấy sự hài lòng dâng trào khi "đạt được nó"? Liệu nắm bắt được một điều gì mới có khiến bạn có cảm nhận tốt đẹp về bản thân? Bạn nghĩ những người khác cảm thấy như thế nào - các học viên khác và thầy giáo (nếu có)?

3. Hình dung là bạn dừng lại ở những gì bạn đang thấy, đang nghe và cảm nhận trong suốt sự trải nghiệm này. Tận hưởng nó tới chừng nào bạn muốn.

♦ ♦ ♦ ♦

Những điều trên bắt đầu cho bạn cảm giác thế nào là một học viên xuất sắc nhất và trạng thái học tập sảng khoái. Nhớ rằng điểm mấu chốt ở đây chính là "điều đó cảm giác như thế nào". Bạn càng bỏ ra nhiều thời gian để cảm nhận việc học tập thật tốt đẹp, tưởng tượng bản thân đang thích thú học tập, hay hình dung bản thân là một người thực sự hứng thú học tập mà bạn tôn trọng, sẽ càng dễ dàng hơn cho bạn để thích thú với việc học tập của chính bạn - và sau cùng sẽ dễ dàng hơn cho bạn học bất cứ điều gì.

Đến thời điểm này, bạn đã gần đi được nửa con đường trong việc đọc về những khía cạnh của phương pháp học tập đỉnh cao đề cập tới các xúc cảm. Hãy xem xét lại những gì bạn đã học cho đến bây giờ.

Đầu tiên, bạn đã học nguyên nhân và tính chất của mối liên hệ giữa cảm xúc và học tập: đều ảnh hưởng tới sự thích thú học tập của chúng ta là để các cảm xúc xưa cũ ngáng chân chúng ta. Rèn luyện các bài thực hành hình dung nói trên là phương pháp để chúng ta chống lại những cảm xúc quá khứ này. Sử dụng nó bất cứ khi nào bạn nhận thấy lo lắng đến học tập.

Bạn đã thấy một vài trong số nhiều nỗi sợ hãi mà con người giữ sâu trong lòng đối với việc học hành sinh ra bởi những gì chúng ta trải qua trong giáo dục ở quá khứ tạo ra một số giả định sai lầm về cách con người học tập - những giả định đã bị bác bỏ bởi những nghiên cứu gần đây hơn. Bạn cũng đã trải qua một hành trình xem xét lại những điều hoang đường không may mắn được truyền bá trong hệ thống học đường của chúng ta. Những niềm tin sai lệch này khác biệt rõ ràng với loại hình học tập mà chúng ta - những người trưởng thành muốn thực hiện. Là học viên xuất sắc nhất chúng ta lựa chọn xem mình muốn học nhiều hay ít và theo cách phù hợp nhất.

Bạn đã đặt những bước đầu tiên để khích lệ bản thân trở thành một người có khả năng học tập tốt hơn nữa, để uốn nắn lại cảm xúc của bạn về việc học tập bằng cách học thư giãn và khơi dậy người học viên tiềm ẩn bên trong bạn.

4. XÂY DỰNG SỰ TỰ TIN TRONG HỌC TẬP

Chương này tiếp tục thảo luận về việc làm thế nào để nâng cao hiệu quả trong quá trình học tập. Khi nhận ra niềm tin tiềm ẩn cũng như suy nghĩ tiêu cực làm suy giảm khả năng học tập của mình, bạn cần có những bước đi tỉnh táo để loại bỏ chúng.

Với tất cả mọi người, học tập là một năng lực tự nhiên. Hãy nhìn một đứa bé mới tập đi mò mẫm quanh căn phòng mới. Nó sẽ hỏi hàng trăm câu hỏi mỗi ngày, muốn trải nghiệm mọi thứ, sử dụng tất cả các giác quan, không bận tâm nếu nó xử sự ngốc nghếch hay tự dựng lên những ý tưởng khờ dại.

Ở lứa tuổi đó, bạn học được nhiều hơn bất cứ giai đoạn nào khác sau này. Trước hết, bạn chỉ cảm nhận được sự lẫn lộn giữa âm thanh hỗn độn và ồn ào, như cách nói của nhà tâm lý học nổi tiếng William James thì đó là thế giới sơ sinh. Sau đó, bạn bắt đầu học ngôn ngữ mẹ đẻ của mình từ những tiếng đầu tiên.

Hai chiến lược của phương pháp học tập đỉnh cao được gọi là chiến lược khẳng định và chiến lược viện dẫn, có khả năng mang lại sức mạnh và sự ham thích đó. Hai chiến lược này sẽ góp phần nuôi dưỡng thái độ lạc quan, tích cực và mạnh mẽ, có tác dụng khuyến khích năng lực trí tuệ và ý thức. Trạng thái tinh thần này sẽ cung cấp cho bạn một tâm trí rộng mở đối với việc học hành và giúp bạn chiến thắng những nỗi sợ hãi trong học tập.

KHẲNG ĐỊNH NĂNG LỰC HỌC TẬP CỦA BẠN

Phương pháp đầu tiên của chiến lược khẳng định là dựa trên năng lực tự kỷ ám thị. Quan điểm này có nguồn gốc từ bác sỹ người Pháp, Emile Coue, trong thời kỳ chuyển giao giữa hai thế kỷ. Bác sỹ Coue có câu nói nổi tiếng: “Với rất nhiều cách, mỗi ngày tôi đều khoẻ hơn”. Ông tin rằng nếu mỗi ngày đều tự nhủ với bản thân như vậy, con người có thể tự chữa khỏi mọi bệnh tật của mình. Khi hầu như toàn bộ những khẳng định về năng lực tự kỷ ám thị của ông trong việc chữa bệnh bị phóng đại lên, nhiều cuộc nghiên cứu gần đây hơn về

thuốc an thần và về tâm thần kinh miễn dịch học (psychoneuroimmunology) (PNI) đã khẳng định rằng trong thực tế phương pháp này là cơ sở của việc cải thiện trạng thái tâm thần và sự cải thiện này cũng có lợi cho thể chất con người.

Tự kỷ ám thị cho phép bạn tiếp thu quan điểm học mới một cách vô ý thức. Nó có hiệu quả vì trí tuệ tiềm thức của chúng ta rất dễ tiếp thu với những cách trình bày đơn giản và rõ ràng khơi dậy hứng thú trong mỗi người khi tiềm thức liên tục được nghe rằng bạn thuộc mẫu học viên được mô tả dưới đây, hình ảnh tích cực đó sẽ ngày càng được thừa nhận, bạn dần sử dụng trí óc của mình một cách dễ dàng hơn. Hãy nghĩ về sự tự kỷ ám thị như một cách rèn luyện bản thân, một cách tăng sự tự tin về khả năng học tập của bạn.

Một trong những giáo viên hàng đầu về kỹ năng tự kỷ ám thị là Shakti Gawain, tác giả của cuốn Sự hình dung sáng tạo cho rằng: "Thực hành để có sự quyết đoán", tránh những ý nghĩ viển vông, cũ rích, sáo rỗng, tiêu cực trong đầu bằng những khái niệm và ý tưởng tích cực. Đây là một phương pháp tuyệt vời hoàn toàn có thể thay đổi thái độ và những kỳ vọng của chúng ta trong thời gian ngắn... Từ đó, thay đổi hoàn toàn những gì chúng ta đã tạo dựng cho bản thân".

Những lời khẳng định mà tôi khuyên các bạn áp dụng rất đơn giản và trực tiếp. Trên thực tế, ban đầu chúng có vẻ quá đơn giản. Nhưng hãy kiên nhẫn, chỉ có vậy mới có thể tác động tới phần trí tuệ tiềm thức của bạn. Khi bạn đã lấp đầy chúng bằng những cảm nhận của mình, chiến lược sự quyết đoán sẽ mang lại cho bạn một sức mạnh đáng kinh ngạc.

♦ ♦ ♦ ♦

Bài tập

Chiến lược khẳng định trong phương pháp học tập đỉnh cao.

1. Chọn một thời điểm khi bạn hoàn toàn một mình và đảm bảo không bị làm phiền ít nhất trong nửa giờ.

2. Nhớ lại kinh nghiệm tốt nhất về phương pháp học tập đỉnh cao của bản thân, một kinh nghiệm mà bạn đã sử dụng trong phần "Khơi dậy người học viên tiềm ẩn bên trong bạn" ở chương trước. Hãy để

bản thân bạn tự kiểm nghiệm lại trạng thái tâm trí của mình và những xúc cảm đan xen chặt chẽ ở trạng thái đó một cách sâu sắc hơn.

3. Bây giờ tự nhẩm mỗi câu khẳng định dưới đây thật chậm, nghĩ về chúng như một phần của những kinh nghiệm mà bạn gom góp được, suy nghĩ về mỗi câu trong bao lâu tuỳ ý và bằng giọng điệu thật truyền cảm hãy đọc to chúng lên:

Với tôi, việc học thật hấp dẫn.

Tôi càng học càng thấy thích thú.

Từng bước đi trong quá trình học thật thú vị.

Tôi hiểu bài học một cách dễ dàng và sâu sắc.

Tôi mong muốn có thêm tri thức và sự hiểu biết.

Việc học là niềm vui thích.

Tiếp thu và ghi nhớ thật dễ dàng với tôi.

Tôi ngày càng yêu thích học tập và tri thức.

Học tập giữ cho đầu óc tôi tỉnh táo.

Tôi giật mình bởi lượng kiến thức giàu có và đa dạng của mình.

Mỗi ngày là một cơ hội cho tôi tăng thêm hiểu biết.

Tôi thực sự hăng hái trong học tập.

4. Bây giờ nhắc lại toàn bộ những lời nói trên thật to trong nhiều lần. Bạn có thể làm một cuộn băng cassette của riêng mình thu những lời tuyên bố trên. Đọc thật chậm, nghỉ 10 đến 20 giây sau mỗi câu. Bạn có thể thay đổi vài từ không quan trọng nếu thích và lướt qua những câu bạn không quan tâm hay cảm thấy còn băn khoăn. Bạn cũng có thể thêm những từ ngữ của riêng bạn, sử dụng chúng dưới cùng một dạng câu với thì hiện tại đơn giản.

5. Khi bạn đọc hết danh sách, để máy thu âm tạm dừng, sắp xếp những lời khẳng định và đọc lại chúng một lần nữa theo một thứ tự khác. Điều này sẽ giúp đầu óc bạn tỉnh táo trong khi đang nghe.

6. Lặp lại cho tới khi bạn hoàn thành đoạn băng dài 30 phút theo cách này.

7. Một khi bạn đã tạo được cuốn băng, bạn có thể bật nó bất cứ nơi nào. Bạn có thể sử dụng thời gian lái xe để tự khuyến khích mình học tốt hơn hoặc bạn có thể bật đoạn băng một cách nhẹ nhàng, có thể với một cái gối có loa hay sử dụng tai nghe, trước khi bạn buồn ngủ. Tự lập cho mình một thời khoá biểu. Như với một bài tập thư giãn, tuy nhiên, tốt nhất là sử dụng đoạn băng thường xuyên cho đến khi bạn nhận thấy mình đã tiến bộ đủ để không còn cần đến đoạn băng nữa.

♦ ♦ ♦ ♦

CHIẾN LƯỢC CẦU KHẨN TRONG PHƯƠNG PHÁP HỌC TẬP ĐỈNH CAO

Phương pháp này bắt nguồn từ cơ sở xa xưa, chẳng hạn trong thần thoại về Nàng thơ từ văn hoá Hy Lạp. Thần thoại này cho rằng nếu bạn muốn trí não mình làm việc hết khả năng trong bất cứ lĩnh vực nào, từ lịch sử tới thể thao, bạn cần thận trọng đặt mình vào một trạng thái tiếp thu mạnh mẽ trong đó tinh thần xuất sắc có thể tiếp sức cho các nỗ lực của bạn. Chúng ta nhận ra rằng, Nữ thần thực ra là biểu tượng cho tâm hồn trong mỗi chúng ta. Nhưng quá trình khơi gợi tinh thần đó là rất cần thiết. Những phương pháp sau đây chỉ ra cách để thực hiện điều đó.

Những phương pháp này sẽ chuẩn bị cho bạn một tâm lý dễ tiếp thu theo nhiều cách. Bạn tưởng rằng đang thư giãn nhưng thực ra là đang tiếp thêm sinh lực để việc luyện tập trí óc thêm hăng hái. Bạn sẽ nhận thấy đầu óc bạn sẵn sàng học tập trong tâm trạng rất tỉnh táo mà không hề căng thẳng. Bạn sẽ tự tin vào khả năng của mình để nắm bắt những cơ hội. Tóm lại, thực hiện những phương pháp này nhằm cải thiện động cơ, năng lực, sự tập trung, sự hiểu biết, khả năng ghi nhớ, thậm chí là nguồn cảm hứng của bạn.

Do mỗi chúng ta là một học viên khác nhau, nên bạn sẽ nhận thấy

có một số lời tâm niệm phù hợp với mình hơn so với những lời khác. Tôi cố ý cung cấp cho bạn nhiều hơn là những gì bạn cần để từ đó bạn có thể lựa chọn câu bạn thích. Như bạn thấy, mỗi lời tâm niệm đều có một mục đích riêng. Một số sẽ rất có ích trước, trong hay sau các buổi học của bạn.

Lời tâm niệm thứ nhất: Hãy yêu thích việc học tập. Điều có tác động nhiều nhất mà bạn có thể làm để khuyến khích học tập là yêu thích cái bạn đang học. Nhà triết học Socrates đã khẳng định chắc chắn rằng việc học tập bắt đầu bởi Eros - giống như cảm nhận "choáng" khi bị thu hút bởi sự hấp dẫn của người khác. Về cơ bản, câu "yêu thích học tập" không đơn thuần là một phép ẩn dụ, cũng không đơn giản chỉ là sự ham hiểu biết.

Triết gia nổi tiếng Alfred North Whitehead đã coi giai đoạn đầu của bất cứ dự án nghiên cứu nào là sự lãng mạn. Vấn đề nghiên cứu luôn mang lại những điều mới lạ và người mới học sẽ nắm bắt được một vài điều quan trọng thông qua nguồn tư liệu thực tế. Whitehead tin tưởng rằng: "Trong giai đoạn này, việc học sẽ không bị chi phối bởi những quy trình mang tính hệ thống". Thay vào đó, bạn chỉ đơn giản thăm dò theo cảm tính bất cứ những gì bạn bắt gặp, và cảm thấy thích thú bởi những điều bất ngờ.

Hầu hết mọi người đều đã quen với cảm giác này. Chúng ta thường có trải nghiệm như vậy khi chìm đắm vào một vấn đề mới hay một thách thức, tìm hiểu về một tác giả hay một nghệ sỹ nào đó mở mang thêm cuộc sống của chúng ta, hay tới thăm một nước khác.

Một giai đoạn cũng đáng để lưu ý là giai đoạn thứ hai mà Whitehead gọi là giai đoạn đo lường chính xác. Giai đoạn này cần đến việc tiếp cận có hệ thống hơn nữa để sắp xếp những sự việc mới mà chúng ta vừa học. Nhưng giai đoạn cuối cùng, giai đoạn khái quát hoá đòi hỏi "sự quay trở lại với chủ nghĩa lãng mạn, bên cạnh những lợi thế kèm theo của các ý tưởng đã được phân loại và những phương pháp thích hợp. Điểm cốt yếu là điều đó có thể dẫn đến việc sử dụng sáng tạo những tài liệu đã học được - cái mà chúng ta gọi là dựa trên những thông tin phù hợp để tiến xa hơn.

Lời tâm niệm này chỉ ra tầm quan trọng của việc yêu thích môn học của mình, điều mà nền giáo dục truyền thống hiếm khi cho phép. Khi bạn cố gắng giải quyết một vấn đề mới, điều đầu tiên nghĩ đến là

nên quen với thời kỳ này như một giai đoạn của sự khám phá và niềm đam mê. Bạn cần phải tìm hiểu về những khía cạnh của vấn đề đặc biệt lôi cuốn bạn và coi chúng như một nguồn động lực. Cứ tự nhiên bỏ qua, lướt qua và đọc một cách ngẫu nhiên. Đọc bao nhiêu tuỳ thích. Đừng cố gắng lưu lại hay ghi nhớ nhưng cần "mang máng" hiểu chủ đề.

Giai đoạn này có thể mang lại kết quả hữu ích hơn bạn tưởng. Trên thực tế, bạn có thể học được những điểm mấu chốt quan trọng nhất trong môn học của mình trong khi đang xem xét sơ qua vấn đề một cách ngẫu nhiên. Bạn thường học được những điều quan trọng nhất về bất cứ một môn học mới nào ngay từ lúc bắt đầu, trước cả khi bạn nhận thức đầy đủ để phát triển những phán đoán hay sợ hãi trước sự kém hiểu biết của mình. Trong hầu hết các trường hợp, việc học ban đầu quyết định tới trên 50% những gì bạn muốn và cần biết. Bạn sẽ học những điều này nhanh hơn và dễ hơn nhiều với 50% còn lại.

Nhưng mục đích ban đầu của bạn là sự yêu thích. Hãy xem xét xem có bao nhiêu khía cạnh và những khía cạnh gì làm bạn đam mê, kích thích, hứng thú và hài lòng với đề tài của mình.

Mục đích tổng quát và hiệu quả của lời tâm niệm này bao gồm hai phần: thứ nhất là để tạo một thái độ đam mê, háo hức, ham thích và nhìn nhận một cách sôi nổi về những gì bạn chọn để học, đồng thời nó cho phép bạn có được niềm vui khi bạn bắt đầu làm quen với đề tài nghiên cứu của mình.

Lời tâm niệm thứ 2: Hãy lay động tâm hồn bạn. Giả thiết rằng bạn biết đánh giá và ưa thích việc sử dụng trí óc. Nhưng thỉnh thoảng mọi người vẫn cần sự giúp đỡ, cần có ai đó nhắc nhở chúng ta một cách thật mới mẻ và sinh động về những cái chúng ta đã biết. Chúng ta cũng cần có thời gian thường xuyên để tính toán điều chỉnh việc học cho phù hợp với từng hoàn cảnh sống - cho những gì diễn ra trong tuần trước và những gì chúng ta sẽ phải đối mặt trong tuần tiếp theo.

Vì vậy, bất kể đang học cái gì, bạn cần thường xuyên ý thức về tiềm năng to lớn của trí tuệ. Làm được điều đó tức là bạn đang mở một cánh cửa mà nhờ vào đó, những ý tưởng to lớn có thể nhóm lên ngọn lửa của nguồn cảm hứng.

Cách tốt nhất để thực hiện điều này là hàng ngày tìm hiểu về những tác phẩm kinh điển. Bạn sẽ nhận ra rằng bằng việc đọc một hay hai trang của các tác phẩm này vào mỗi buổi sáng hay mỗi buổi tối, sẽ mang lại cho bạn một cảm giác vui vẻ về những điều mà con người có thể đạt tới. Nó cũng chỉ ra phương cách giúp bạn đơn giản hoá việc học để mang hiệu quả hơn.

Một cách quan trọng khác để lay động tâm hồn bạn phải kể đến sự góp phần của rất nhiều tạp chí được xuất bản ngày nay. Hầu hết chúng ta đều quen với chỉ một vài ấn phẩm trong nước, trong khi thực ra có hàng trăm tạp chí khơi dậy và truyền đạt những suy nghĩ để từ đó cung cấp cho chúng ta những ý tưởng mới, xu hướng xã hội và thêm những cái nhìn về thế giới. Thậm chí, nếu bạn không đồng tình với quan điểm của người viết, bạn có thể nghĩ và mở rộng sự hiểu biết về vấn đề hơn là bạn có trước đây.

Để bắt đầu, tôi khuyên bạn hãy đọc ít nhất một tờ tạp chí xuất bản định kỳ và tập trung vào chủ đề học tập, phát triển các phương pháp kích thích tinh thần hay óc sáng tạo.

Một trong những tạp chí hay nhất và hiệu quả nhất là *Utne Reader*. Cuốn tạp chí ra hai tháng một lần này là tạp chí cạnh tranh của *Reader's Digest*. Vốn xuất phát từ những nhà xuất bản nhỏ và không truyền thống, qua thời gian, mỗi số báo phát hành tạp chí này luôn có các bài viết và bài bình luận về những vấn đề chính trị hoặc xã hội lớn. Chủ bút tạp chí này, Eric Utne, đã giới thiệu một vài các tạp chí và tờ báo dưới đây cho những ai muốn thử thách mình với những ý tưởng khác lạ.

Lời tâm niệm thứ 3: Hãy sử dụng kinh nghiệm của bạn. Bạn đã có sẵn một cơ sở dữ liệu rộng lớn cho việc học tập để đối phó với các vấn đề hiện nay của mình. Bằng việc kiểm nghiệm lại các sự kiện đã trải qua trong cuộc sống, bạn có thể xác định những bài học đã được học và áp dụng chúng vào hiện tại.

Tất nhiên là bạn đã từng thực hiện điều đó. Một trong số trải nghiệm quen thuộc nhất của chúng ta là việc nhớ lại những gì đã xảy ra trong quá khứ khi chúng ta đang trải qua một điều tương tự trong hiện tại.

Việc rà soát lại kinh nghiệm trước đây một cách mau lẹ và yên

tĩnh sẽ giúp bạn biết phải hành động như thế nào ở hiện tại. Bắt đầu từ những linh cảm mơ hồ, tới việc lục lọi lại trí nhớ và sau đó là đưa ra các lý luận dựa trên các kinh nghiệm trong quá khứ, đưa ra các câu hỏi và thay đổi kế hoạch của mình dựa trên câu trả lời. Đó chính là quá trình nghiên cứu mà các nhà khoa học áp dụng trong các phòng thí nghiệm.

Một trong những dấu hiệu chắc chắn nhất của việc học tập chủ động là khả năng đón nhận tin tức mới và gắn kết chúng với những kinh nghiệm trong cuộc sống. Nếu bạn có thể nhận ra dữ liệu mới đó phù hợp ở bất cứ đâu thì bạn đã gắn chặt nó trong hệ ý thức tương phản - một hệ thống phức tạp hơn bất cứ một danh mục liệt kê trong một thư viện hay máy vi tính nào. Nhờ vậy dữ liệu này có thể tác động trở lại nhận thức.

Lời tâm niệm thứ tư: Tiếp thêm sinh lực cho trí não. Bất cứ khi nào bạn định sử dụng bộ não, việc cần thiết phải làm là kiểm tra sức khỏe. Một nguyên tắc đã được kiểm tra bởi nhiều nhà khoa học đứng đầu trong lĩnh vực nghiên cứu phương pháp học tập là việc học phải dựa trên trạng thái của cơ thể. Ví dụ, Don Lofland tại buổi hội thảo về khả năng học tập của mình đã khẳng định rằng bất cứ một buổi học nào hay bất cứ các công việc nghiên cứu khác đều "bắt đầu bằng trạng thái sinh lý của bạn". Ông đã yêu cầu sinh viên tiến hành một bài kiểm tra nhanh về tình trạng cơ thể và thực hiện những điều chỉnh cần thiết về sự thư giãn, nhiệt độ của phòng, sự khát hay đói.

Bây giờ bạn hãy khiến họ đối mặt với thử thách khôi hài này và bạn có thể thấy sự thay đổi của họ - và chính họ cũng có thể cảm nhận được sự thay đổi đó! Chơi tung hứng chỉ là một ví dụ để chứng minh. Nhưng nó chứng minh rõ về vai trò của cơ thể trong việc học. Nguyên tắc là trạng thái cơ thể của bạn chính là chìa khóa cho tất cả mọi hoạt động học tập. Tôi muốn cơ thể thoải mái để trí óc được tự do".

Việc học sẽ tốt hơn khi thả lỏng cơ thể tới một trạng thái thích hợp. Bạn có thể học được cách thức chi tiết để thực hiện điều này thông qua các buổi thảo luận dựa trên kinh nghiệm và thực hành với những người có thể sử dụng các phương pháp giảng bài không dùng lời nói (ví dụ như trò tung hứng) và bằng việc quan sát phản ứng của cơ thể mà thậm chí bạn cũng không chú ý tới. Nhưng bạn có thể có lợi cả trước khi được rèn luyện như vậy nhờ giữ cho cơ thể mình tỉnh táo như nó vốn có.

Sau đây là một số nguyên tắc cơ bản:

1. Hiểu rõ tình trạng cơ thể mình trong khi học. Nếu bạn cảm thấy căng thẳng, kém linh hoạt hay bực dọc, hãy áp dụng các biện pháp điều chỉnh.

2. Áp dụng các phương pháp học chủ động trong Chương 6 và 7 sẽ giúp trí óc của bạn hứng thú và tạo ra nhiều nhiệm vụ đa dạng để thực hành dựa trên tài liệu bạn đang nghiên cứu.

3. Cảnh giác trước những dấu hiệu của sự mệt mỏi, căng thẳng, cáu gắt. Cần chú ý tới những cảm giác này, rồi từ đó tự đặt mình trở lại một trạng thái học thư giãn và mới mẻ sẽ tốt hơn so với việc kìm nén, chú ý tới chúng.

Tất nhiên, bộ não là bộ phận quan trọng nhất của cơ thể bạn, vì thế phải chăm sóc nó hết sức cẩn thận. Ba điều cần thiết là sự rèn luyện, sự nghỉ ngơi và chế độ dinh dưỡng.

♦ ♦ ♦ ♦

Bài tập

Cách tốt nhất để cải thiện tình trạng sinh lý trong học tập của bạn là thực hiện một vài bài tập thể dục nhẹ nhàng. Vì thế, mỗi khi bạn muốn mình chuẩn bị sẵn sàng cho việc học, hãy thực hiện theo phương thức đơn giản sau đây:

1. Đi bộ thể dục trong vòng 15 - 20 phút.

2. Trong khi đi bộ, luôn hướng mắt bạn tới một tầm nhìn xa nhất hay tới đỉnh của một tòa nhà hay nhìn những đám mây trên bầu trời

3. Đồng thời quan sát xung quanh, cố gắng để ý tới cảnh vật xung quanh nhiều nhất có thể, hãy để cổ bạn tập thể dục một chút.

4. Quay tay và đưa sải chân dài và khỏe.

5. Thở sâu.

Nếu không thể rời khỏi bàn học hay căn phòng của bạn, hãy làm một vài động tác vươn vai.

1. Vươn hai tay qua đầu, cao nhất có thể.

2. Vươn sang hai bên và quay tròn.

3. Cúi xuống, chạm tới sàn nhà.

4. Xoay tay chạm tới những bộ phận khó với tới nhất trên cơ thể.

5. Nếu bên cạnh bạn có ai đó, hãy nhờ người đó xoa bóp một chút vai và cổ bạn, sau đó làm ngược trở lại.

6. Xoay cổ.

7. Đi bộ hay chạy tại chỗ.

8. Thở sâu.

Cuối cùng khi bạn ngồi làm việc trở lại, hãy kiểm tra tư thế của mình. Khi tôi nói rằng phương pháp học tập đỉnh cao là tư thế của bạn đối với cuộc sống, ý tôi muốn nói đến là theo cả nghĩa đen và nghĩa bóng. Trạng thái cơ thể mang lại kết quả học tập và ảnh hưởng tới việc học của bạn. Win Wenger, tác giả của cuốn Trên cả sự đồng thuận (= Beyond O.K), đã nhấn mạnh điều này cùng những bài tập sau:

♦ ♦ ♦ ♦

Tư thế học tập

1. Đứng trước một chiếc gương cao để dễ dàng soi được toàn thân, tay để xuôi theo người.

2. Xoay hai đầu ngón chân chạm vào nhau.

3. Mở hai bàn tay sao cho gan bàn tay hướng ra ngoài.

4. Há miệng và để lưỡi tiếp xúc vào môi dưới một cách thoải mái.

5. Khi bạn nghe thấy điều gì đó hơi khó hiểu, hãy làm động tác nhăn trán.

6. Bây giờ, một cách kiên quyết, hãy nói to: "Tôi là một học viên thông minh, nhanh nhẹn và sắc sảo".

Ngược lại, chấp nhận trạng thái sau:

1. Ngồi thật thoải mái trên ghế, một chân duỗi thẳng, ra xa hơn chân kia một chút.

2. Chống khuỷu tay phải lên đầu gối phải.

3. Tựa cằm lên ngón trỏ, giữ nó bằng ngón cái.

4. Chống tay trái lên đùi trái để tự cân bằng.

5. Nhìn vào khoảng không ngang thắt lưng như cách bạn làm khi đang tập trung vào một vấn đề và tìm kiếm ý tưởng để giải quyết nó.

6. Bây giờ hãy tự nói với mình: "Tôi chỉ không thật giỏi với loại công việc này".

♦ ♦ ♦ ♦

Nghe có vẻ không hoàn toàn đúng? Tư thế của bạn sẽ chống lại nó, bởi vì bạn đang ở trong tư thế của bức tượng “Người suy tưởng” (Thinker) của Rodin, biểu tượng nguyên mẫu cho sự ngập tràn suy tư. Ảnh hưởng của việc bắt chước tư thế này được mô tả bởi Edward de Bono, một người tiên phong trong việc hướng dẫn mọi người cách suy nghĩ.

Như de Bono đã chỉ ra, tư thế là một trong nhiều biểu hiện cho suy nghĩ của chúng ta khi ta quyết định học. Và tôi hy vọng rằng bạn sẽ hiểu được sự tương đồng với bài tập ở Chương 3: “Khơi dậy người học viên tiềm ẩn bên trong bạn” (đó là một ví dụ khác của việc tâm niệm: Hãy sử dụng kinh nghiệm của bạn). Khi chúng ta đóng một vai diễn, chúng ta không cần thiết phải ở trên sân khấu hay ở trước máy quay để các đặc tính của vai diễn đó xuất hiện bên trong chúng ta. Thậm chí nếu bạn chỉ hơi mơ hồ về ý tưởng sâu sắc nào đó, bạn cũng

có thể phát triển khả năng thông qua việc thể hiện tư thế bên ngoài của mình.

Lời tâm niệm thứ năm: Nắm bắt sự hăng hái của người khác. Hãy nhớ rằng mục đích của bất cứ lời tâm niệm nào là tăng sự hăng hái, thích thú của bạn với việc học. Bạn muốn nhen nhóm lại thái độ ưa mạo hiểm và mạnh mẽ mà bạn đã có khi còn là một đứa trẻ. Một cách để thực hiện điều đó là tóm lấy sự hăng hái của những người đã từng bồi đắp kiến thức cho chủ đề bạn theo học.

Hãy tìm kiếm những người bạn học dễ chịu khi học chung lớp. Hãy để ý đến những người cũng đang tìm kiếm sách trong cùng một danh mục ở thư viện bạn tới hay tìm kiếm các mối liên hệ về tri thức khác có thể.

Bạn có thể tìm thấy những con người đang say mê với đề tài yêu thích của họ ở mọi cộng đồng. Họ thường xuyên tụ họp, bất kể vào lúc nào, tiệc trưa, tiệc chiêu đãi hay các buổi thuyết giảng.

Bạn cũng có thể tìm thấy những con người nhiệt tình chia sẻ sự say mê của họ tại những cửa hàng triển lãm chuyên ngành của hầu hết các lĩnh vực, từ nhiếp ảnh, khiêu vũ, những điều huyền bí, âm nhạc cho đến nấu nướng, máy vi tính, dinh dưỡng, văn học và trình diễn ảo thuật.

Cách thứ hai để khai thác sự hăng hái của bạn về một lĩnh vực là đọc bản thông báo mới nhất về lĩnh vực đó. Điều khiến bạn đến đó chính là những nhóm trao đổi, cùng với cảm giác thân thiện ở đó để rồi bạn sẽ quyết định hòa nhập vào. Một khi bạn đã tìm thấy khởi nguồn của sự hứng thú, bạn có thể muốn bắt đầu một mối quan hệ bè bạn và dành nhiều thời gian hơn cho quan hệ đó.

Không nghi ngờ gì nữa, bạn sẽ tìm thấy một hay một số phương pháp sẽ tạo nên sự thư giãn và yêu thích đáng kể với cái bạn đang học. Đừng thờ ơ với những kỹ thuật này.

- Sử dụng những lời quả quyết kích thích trí tuệ tiềm ẩn của bạn để nhận thấy việc học thật thú vị, dễ dàng và vui vẻ.

- Yêu thích lĩnh vực bạn muốn học bằng cách chơi đùa với nó, tiếp cận một cách không hệ thống để tìm thấy những phần bạn yêu

thích nhất.

- Thường xuyên tìm kiếm sự khuyến khích, hỗ trợ và cảm hứng từ những tấm gương lớn về học tập trong quá khứ.

- Sử dụng tất cả những kinh nghiệm có trong quá khứ khi bạn cần.

- Nhận thức rõ rằng nếu bạn muốn bộ não hoạt động với khả năng tốt nhất cho việc học thì bạn cũng cần phải chăm sóc bản thân. Sự kết hợp đúng đắn giữa ăn uống và bài tập thể dục giúp bạn trở thành một học viên giỏi hơn nữa.

- Hãy nhớ rằng, cơ hội để tìm người chia sẻ những mối quan tâm với bạn và sẵn lòng giúp bạn tăng sự hăng hái trong học tập tồn tại ở khắp mọi nơi.

Tất cả những phương pháp này sẽ giúp bạn trở thành một học viên xuất sắc.

5. KHÁM PHÁ HỒ SƠ HỌC TẬP CỦA BẠN

Rất nhiều người tỏ ra ngạc nhiên khi biết rằng họ có phương pháp riêng để sử dụng trí óc của mình. Sự ngạc nhiên của họ có hai lý do.

Lý do thứ nhất là hầu hết mọi người đều được dạy rằng kiến thức học được ở trường đã định hình cho trí óc của chúng ta cách thức đúng đắn để học tập và suy nghĩ. Đó là tất cả những gì bài học về tư duy logic, kỹ năng học tập, chiến lược làm bài kiểm tra muốn nói đến. Giáo viên cho rằng đã rèn luyện chúng ta sử dụng trí tuệ của mình một cách đúng đắn, ít nhất là được như nền giáo dục truyền thống đòi hỏi. Tuy nhiên, phương pháp học tập và suy nghĩ mà chúng ta học được ở trường chỉ là một chiều. Và đó lại không phải là cách phù hợp nhất với hầu hết những người đã trưởng thành.

Lý do thứ hai khiến tại sao nhiều người lại tỏ ra ngạc nhiên khi nhận thấy rằng họ suy nghĩ theo cách riêng biệt, và rằng chúng ta không thể xác định được quá trình suy nghĩ của người khác. Bộ não là một cái hộp đen cuối cùng mà chúng ta không thể mở được. Do đó, khó có thể nhận biết được là mỗi người trong chúng ta suy nghĩ và học tập khác nhau như thế nào.

Nhưng bốn thập kỷ nghiên cứu về tâm lý đã đưa đến một kết luận rằng mỗi người đều có một cách thức riêng biệt để xử lý những thông tin và các khái niệm

Sau đây là ba ví dụ điển hình về cách học tập:

- Andrew Soltise, nhân viên đại diện bán hàng mới của một công ty dược phẩm có trụ sở đặt tại Minneapolis, nhận thấy rằng bản thân anh ta đang "chết ngộp" vì quá tải thông tin về kỹ thuật mà công ty cung cấp. Anh cũng gặp khó khăn trong việc nắm thông tin về sản phẩm của các đối thủ cạnh tranh.

- Barbara Paar, luật sư tại St. Louis, phải vật lộn để nắm vững được một chương trình xử lý văn bản mới sử dụng đầy thuật ngữ

chuyên môn về luật pháp. "Tôi cảm thấy khó khăn với những chi tiết trong cuốn sách hướng dẫn", cô giải thích. "Tôi không thể hiểu toàn bộ về nó, có nhiều chi tiết rất mơ hồ".

- Nicholas Naritz, biên tập viên của một tạp chí thương mại về ngành công nghiệp đồ trang sức ở New York, mong muốn tìm hiểu tất cả mọi thứ liên quan tới nước Pháp - từ ngôn ngữ, văn hoá đại chúng, đến xu hướng kinh doanh - để chuẩn bị cho chuyến đi sắp tới đến châu Âu. Nhưng ông lại cảm thấy phiền toái với những "mảnh vụn của kiến thức" mà ông đang thu thập từ một loạt sách về vấn đề này trước khi sắp xếp lại nó.

Vấn đề của Andrew nằm ở chính sự khác biệt giữa cách học của anh ta so với của Barbara. Anh ta thường có thói quen đọc sách kỹ thuật vào buổi tối, sau ngày làm việc với bác sỹ và các hiệu dược phẩm. Nhưng Andrew đã nhanh chóng khám phá ra từ bài tập đầu tiên mà bạn sẽ làm sắp tới, là anh giống loài chim chiền chiện buổi sớm chứ không giống loài cú. Buổi sáng sớm (không phải chiều muộn) là thời gian tốt nhất để anh học. Khi anh xoay lại thời khoá biểu để thức dậy sớm hơn một tiếng vào buổi sáng, đọc sách trước bữa ăn sáng, và nghỉ ngơi vào buổi tối, anh không còn những khó khăn như trên.

Một bài tập đơn giản khác mà bạn làm dưới đây sẽ làm sáng tỏ rằng Barbara thích học "từ trên xuống" hơn là "từ dưới lên". Vấn đề của cô ấy đã dễ dàng được giải quyết khi cô gọi cho nhà sản xuất, giải thích tình huống, và được xem một cuốn sách hướng dẫn thay thế giải thích toàn bộ hệ thống từ trên xuống dưới theo cách mà Barbara ưa thích.

Vấn đề của Nicholas cũng xuất phát từ chính cách học ưa thích của mình. Anh đã khám phá ra bài tập tối ưu cho bộ não, rằng cách học thích hợp với anh là nắm được cốt lõi của từng lĩnh vực bằng cách hỏi chuyện người khác. Đó cũng chính là cách đưa anh trở thành người am hiểu về kinh doanh trang sức, lĩnh vực mà có rất ít tư liệu để đọc cũng như để học tập. Nhờ đó mà anh tìm thấy được cách hiểu dễ dàng hơn về nước Pháp. Nicolas dẹp những cuốn sách và tạp chí của mình đi và bắt đầu đi đến các địa điểm vào buổi tối, như tại Alliance Francaise. "Tôi sẽ tìm kiếm được những gì tôi cần biết, bằng cách "mưa dầm thấm lâu" như vậy" - Anh nói.

Điều này có ích gì với việc học tập của bạn? Nó phản ánh một sự thật đơn giản là bạn có thể làm cho việc học hữu hiệu hơn bằng chính cách học của mình. Giống như ba học viên điển hình trên, bạn có thể làm cho việc học của bạn dễ dàng hơn và thú vị hơn bằng cách khám phá ra cách học mà bạn thích và sau đó điều chỉnh lại mọi thứ để bạn có thể học theo cách đó.

Trong chương này, bạn sẽ khảo sát bốn khía cạnh về cách học của bản thân bạn. Mục đích của bài tập này là để nhận thức rõ ràng hơn về phương pháp học tập mà bạn ưa thích. (Khi bạn thực hiện theo, có lẽ bạn sẽ thấy rằng rất hữu ích khi ghi chú từng bài tập vào nhật ký học tập của mình để sử dụng sau đó, khi bạn đặt chúng lại với nhau để khám phá thông tin về cách học của bản thân bạn). Sau đó, vào phần cuối chương, bạn sẽ thấy được cách thức mà bạn dễ dàng sắp xếp để học theo một cách thích hợp nhất với bản thân mình.

THỬ NGHIỆM ĐẦU TIÊN:

THỜI GIAN HỌC TẬP HIỆU QUẢ VÀ KHÔNG HIỆU QUẢ

Mọi người đều có một khoảng thời gian ưa thích trong ngày. Đối với một số người thì đó là vào đầu giờ tối, khi đang thư giãn sau một ngày làm việc với tâm trạng háo hức chờ các hoạt động buổi tối. Đó là lúc chúng ta cảm thấy sung sức hơn, sẵn sàng để khiêu vũ cho đến tận nửa đêm. Đối với những người khác, đó lại là khoảng thời gian yên tĩnh lúc bình minh, khi chợt tỉnh giấc và dường như cảm nhận thấy ngày hôm nay tươi mới hơn. Một lĩnh vực hoàn toàn mới thuộc ngành tâm lý học, đó là tâm lý học thời gian, chuyên nghiên cứu về những khuôn mẫu thời gian và năng lượng dành cho từng người.

Ngày nay, điều đó đã được chứng minh chắc chắn rằng mỗi người chúng ta đều được cảnh báo về mặt tinh thần và được thúc đẩy vào một thời gian cố định trong suốt cả ngày. Những con chim chiền chiện thường thức dậy sớm để hót, một loại ngôn ngữ về mặt tinh thần, trong khi những con cú thì phải mất hàng giờ để khởi động cơ thể và không thể đạt đến được cao điểm của chúng cho tới lúc chiều muộn hoặc buổi tối.

Bạn sẽ được ba lợi ích khi biết về thời gian hiệu quả và không hiệu quả dành cho việc học và điều chỉnh được những nỗ lực trong việc học của bạn sao cho phù hợp:

1. Bạn sẽ yêu thích việc học của bạn hơn khi bạn cảm thấy tâm trạng thoải mái với nó.

2. Bạn sẽ học một cách tự nhiên và nhanh hơn vì bạn sẽ không phải chống lại những sự phản kháng, mệt mỏi, và lo lắng.

3. Bạn sẽ sử dụng khoảng thời gian "mệt mỏi" của mình tốt hơn bằng cách làm công việc khác thay vì cố gắng học.

Bài tập này sẽ cho phép bạn xác định thời gian học tập thích hợp đối với mình.

♦ ♦ ♦ ♦

Thời điểm tốt nhất và xấu nhất của bạn

Những câu hỏi sau đây sẽ giúp cho bạn định hướng cảm giác xem thời gian nào trong ngày bạn học tốt nhất. Có thể bạn đã có những ý niệm tổng quát về thời gian thích hợp với bạn, nhưng những câu hỏi đơn giản này sẽ giúp thúc đẩy bạn hoạt động vào thời điểm đó.

Trả lời đúng hoặc sai cho mỗi câu hỏi.

Tôi không thích thức dậy vào buổi sáng ...

Tôi không thích đi ngủ vào buổi tối ...

Tôi ước tôi có thể ngủ suốt buổi sáng ...

Tôi trằn trọc rất lâu sau khi đã vào giường nằm ...

Tôi chỉ cảm thấy tỉnh ngủ sau 10 giờ sáng ...

Nếu tôi thức khuya, đầu óc tôi rất uể oải khi cần ghi nhớ một thứ gì ...

Tôi thường cảm thấy mệt mỏi sau bữa ăn trưa ...

Khi tôi làm một việc đòi hỏi sự tập trung, tôi thích thức dậy vào buổi sáng sớm để thực hiện nó ...

Tôi thích làm những công việc đòi hỏi cần sự tập trung vào buổi trưa ...

Tôi thường bắt đầu làm những việc đòi hỏi sự tập trung cao nhất sau bữa tối ...

Tôi có thể thức suốt đêm ...

Tôi ước tôi không phải đi làm trước buổi trưa ...

Tôi ước tôi có thể ở nhà suốt cả ngày và đi làm vào buổi tối ...

Tôi thích đi làm vào buổi sáng ...

Tôi có thể ghi nhớ mọi thứ tốt nhất khi tôi tập trung cho nó ...

vào buổi sáng ...

vào giờ ăn trưa ...

vào buổi chiều ...

trước giờ ăn tối ...

sau giờ ăn tối ...

vào đêm khuya ...

♦ ♦ ♦ ♦

(Những câu hỏi trên do Giáo sư Rita Dunn thuộc Đại học St. John, Jamaica, New York đưa ra)

Những câu trả lời của bạn sẽ đưa ra biểu đồ về cách thức thích hợp mà bạn có thể sử dụng khả năng tư duy của mình cho chương trình làm việc trong ngày. Để biết câu trả lời, hãy kiểm tra xem bạn đã trả lời đúng hay sai cho phần lớn câu hỏi chỉ ra khoảng thời gian riêng lẻ trong ngày: buổi sáng, buổi trưa, buổi chiều, buổi tối, hay ban đêm. Đó sẽ là khoảng thời gian bạn cảm thấy rằng bạn làm công việc của mình tốt nhất hay tệ hại nhất.

Bạn có thể sử dụng kết quả này như thế nào? Có hai nguyên tắc hướng dẫn đơn giản dành cho phương pháp học tối ưu để tạo cơ hội cho trí óc của bạn được làm việc trong điều kiện thích hợp nhất với nó.

Thứ nhất, phải nắm bắt được thời điểm mà bạn đạt được hiệu quả cao nhất, biết được khi nào thì trí óc của bạn thích hợp nhất để làm việc thành công với tốc độ nhanh chóng, và phải tái sắp xếp lại thời gian biểu của bạn bất cứ khi nào để dễ dàng sử dụng được nó mà không bị quấy rầy trong suốt chu kỳ đó. Thay đổi thời gian những cuộc hẹn và hoãn các cuộc gọi điện lại để tận dụng được thời gian khi trí óc của bạn suy nghĩ được tốt nhất.

Thứ hai, phải dừng lại ngay trước khi kiệt sức. Phải biết khi nào trí óc của bạn ít thích hợp nhất để sẵn sàng cho công việc, và phải lên kế hoạch trước để làm những việc khác có ích hơn hoặc tham gia những hoạt động ưa thích vào thời gian đó, ví như làm công tác xã hội, làm những việc thường nhật, hoặc thư giãn.

Đặc biệt hơn, nếu bạn nhận thấy mình là người thích hợp làm việc buổi sáng thì bạn nên tăng cường việc học bằng cách thức dậy sớm hơn khoảng một giờ hay nhiều hơn so với thường lệ. Bắt đầu ngày mới với một vài món điểm tâm, học tập thoải mái sẽ cho bạn cảm giác tốt vì đã đáp ứng được một số nhu cầu của bản thân trước khi bạn bắt tay vào công việc thường nhật. Điều này cũng cung cấp năng lượng để bạn suy nghĩ trong suốt khoảng thời gian "làm việc không hiệu quả" về những gì bạn đã học trong buổi sáng đó.

Mặt khác, nếu bạn nhận thấy mình là người thích hợp làm việc buổi tối, bạn có thể tận dụng hầu hết khoảng thời gian này. Nghĩ về việc học tập của bạn như là phần thưởng cá nhân mà bạn đã giành được sau khi thực hiện những công việc thường ngày. Hãy xem xét kỹ thời gian cuối buổi chiều và buổi tối của bạn. Bạn cảm thấy như thế nào nếu tập trung một phần thời gian vào việc đọc sách, suy nghĩ, giải quyết vấn đề, nhẩm tính lại trong đầu, sáng tạo, hay lập kế hoạch (tất cả những hoạt động của học tập), vấn đề đi lại từ nơi làm việc về nhà? Nếu bạn biết trước những gì bạn phải hoàn thành, bạn có thể có những thứ mà bạn cần ngay trước mắt, trên xe buýt hoặc trên tàu hoả (hoặc có thể là một cái cassette sẵn sàng trên xe hơi). Thay vì chỉ ngủ hay dành hết thời gian cho tờ báo buổi tối thì bạn có thể nhận được luồng sinh khí thứ hai với những thứ mà bạn thực sự quan tâm. Và,

vào thời điểm bạn về đến nhà, xem một vài chương trình tivi không mấy bổ ích có vẻ chẳng còn hấp dẫn như là bỏ ra nửa giờ hay một giờ để làm công việc mà bạn ưa thích dù cho nó là việc đọc thêm một chút hay ghi chú vào cuốn nhật ký học tập của bạn. Kết quả sẽ là những "chất bổ dưỡng" dành cho tư duy, nó đi vào trí nhớ của bạn trong khi bạn ngủ. Tôi đảm bảo rằng bạn sẽ thức giấc vào buổi sáng với cảm giác hoàn thành công việc. Thỉnh thoảng, bạn dường như thức dậy với những ý tưởng mới của bản thân về những gì mà bạn đã học.

BÀI KIỂM TRA THỨ HAI:

BẠN HỌC TỪ DƯỚI LÊN HAY TỪ TRÊN XUỐNG?

Sau đây là cách mà Carolyn ưa thích để học những điều mới: trước tiên cô ấy xác định xem kết quả thu được cuối cùng có thể là gì - ví dụ như khi đang phát triển hệ thống kế toán cá nhân - cô ấy lập kế hoạch những thứ cần thiết để thực hiện được điều đó. Cô ấy sẽ lên danh sách những thông tin cô ấy cần nắm được và xem xét về những cách thức mà cô ấy có thể sắp xếp những bước thực hiện, tạo ra những cuốn sổ cái, hoặc vài thứ khác nữa. Cô ấy có thể quyết định đầu tư vào những chương trình máy tính sẽ làm công việc cho cô, hoặc cô ấy sẽ xem xét việc tham gia một khoá học kế toán cơ bản tại một trường cao đẳng thương mại ở địa phương. Nhưng bước đầu tiên là cô ấy sẽ lập kế hoạch cho công việc của mình.

Joe thì học theo một cách khác. Ví dụ, khi anh ta muốn nắm vững được công thức nấu ăn mới, anh ta hoàn toàn không nghĩ đến những khoá học hay kế hoạch. Thay vào đó anh ta đi đến nhà hàng, nói chuyện với người bồi bàn hoặc đầu bếp, và nếm thử nhiều món ăn khác nhau. Sau đó, anh ta kiếm một cuốn sách dạy nấu ăn, và qua vài lần thử nghiệm, sẽ có được cảm giác về những mùi vị nào nên đi chung với nhau và thêm bao nhiêu chất phụ gia là cần thiết. Khi đó, anh ta sẽ bắt tay chế biến theo công thức nấu ăn của riêng mình.

Bài tập sau đây, được phát triển bởi David Lewis và James Greene thuộc nhóm "Khả năng tư duy học tập" ở London, sẽ bộc lộ ra một khía cạnh cơ bản về cách học của bản thân bạn.

♦ ♦ ♦ ♦

Bạn là người đầu óc tổng hợp hay phân tích

Đánh dấu vào câu diễn đạt thích hợp với cách tiếp cận học tập ưa thích của bạn. Không có đáp án đúng hay sai với mỗi câu sau. Các câu hỏi được thiết kế đơn giản chỉ nhằm phân biệt sở thích của bạn mà thôi.

Khi học về một môn học không quen thuộc, bạn:

.......(a) thích thu thập thông tin từ nhiều môn học khác nhau.

.......(b) thích tập trung vào một môn học.

Bạn thích:

.......(a) biết rất nhiều môn học nhưng mỗi môn một ít.

.......(b) trở thành chuyên gia trong một môn thôi.

Khi đọc từ một cuốn sách giáo khoa, bạn:

.......(a) bỏ qua phần đầu và đọc tới những chương đặc biệt quan tâm không theo trình tự nào.

.......(b) làm việc một cách hệ thống từ chương này qua chương khác, không đi tiếp cho đến khi bạn hiểu được những tài liệu trước đó.

Khi hỏi người khác về thông tin của những môn học bạn ưa thích, bạn:

........(a) có khuynh hướng đặt những câu hỏi rộng mà cần thiết phải có câu trả lời tổng quát.

........(b) có khuynh hướng đặt những câu hỏi tỉ mỉ đòi hỏi phải có câu trả lời cụ thể.

Khi đang tham quan thư viện hay hiệu sách, bạn:

........(a) đi loanh quanh để xem nhiều sách thuộc những môn học khác nhau.

........(b) không ít thì nhiều cũng dừng lại một chỗ và chỉ xem sách

thuộc những môn học liên quan tới nhau.

Bạn ghi nhớ tốt nhất:

........(a) những quy tắc chung.

........(b) những sự việc cụ thể.

Khi thực hiện những nhiệm vụ, bạn:

........(a) thích có những thông tin cơ bản không thực sự liên quan đến công việc.

........(b) chỉ tập trung vào những thông tin có liên quan thực sự.

Bạn nghĩ là các nhà giáo dục nên:

........(a) truyền đạt cho sinh viên phạm vi rộng những môn học ở trường.

........(b) đảm bảo rằng sinh viên sẽ có được phần lớn những kiến thức chuyên sâu có liên quan đến chuyên ngành của họ.

Khi ở trong một kỳ nghỉ, bạn thích:

........(a) mỗi nơi chỉ ở trong một thời gian ngắn.

........(b) ở một nơi suốt cả thời gian đó và tìm hiểu kỹ về nơi đó.

Khi học một điều gì, bạn thích:

........(a) có một hướng dẫn chỉ đạo chung.

........(b) làm theo một kế hoạch chi tiết của công việc.

Bạn có đồng ý rằng, một người nên biết thêm một chút về toán học, nghệ thuật, vật lý, văn học, tâm lý học, chính trị, ngôn ngữ, sinh học, lịch sử và y khoa? (Nếu bạn nghĩ là người ta cần học bốn hoặc nhiều hơn trong số những môn học này thì đạt điểm a cho câu hỏi).

Bây giờ hãy cộng tất cả những câu trả lời a và b lại.

Nếu bạn đạt được từ sáu điểm a trở lên, thì bạn là người có đầu óc tổng hợp, nếu bạn đạt được sáu điểm b trở lên, thì bạn là người có đầu óc phân tích. Nếu điểm a và b của bạn gần ngang nhau, bạn thấy cả hai cách tiếp cận đều thích hợp và có thể chọn ra một cách thích hợp hơn với môn học sắp đến tới.

Những câu có điểm a hoặc b của bạn càng cao bao nhiêu thì cách học của bạn càng chuyên biệt bấy nhiêu. Sự mô tả dưới đây sẽ minh hoạ cho phương pháp học của bạn một cách tỉ mỉ và làm sáng tỏ cách bạn có thể đi theo hướng của một người có tư duy diễn dịch hay một người có tư duy quy nạp.

♦♦♦♦

Là người có đầu óc tổng hợp, bạn thích có cái nhìn tổng quát về bất cứ môn học nào. Bạn thích tìm ra nguyên tắc chung hơn là những chi tiết tỉ mỉ và kết hợp được nhiều nhất một môn học với các lĩnh vực khác nhau của tri thức. Bạn sẽ nhanh chóng tìm được mối liên hệ và sẽ so sánh giữa những lĩnh vực khác nhau trong học tập.

Với cách học này những người có tư duy diễn dịch sẽ học một cách dễ dàng và hiệu quả trong những trường hợp ngẫu hứng (không có hình mẫu trước) và sẽ làm tệ hơn nếu như kiến thức được đưa ra theo những kế hoạch cứng nhắc. Bởi vì, bạn có khả năng tổng hợp thông tin trong một phạm vi rộng, nên có vẻ bạn tỏ ra thành công hơn những người có đầu óc phân tích khi cách tiếp cận tổng thể được sử dụng.

Ngày nay, rất ít nơi áp dụng cách giảng dạy này. Những bài học, những cuốn sách giáo khoa, và kế hoạch đào tạo, dù trong nhà máy, trường đại học, hay là trong lớp học, thường được thiết kế hệ thống, từng bước từng bước một, có lợi cho những người có tư duy phân tích. Cách tiếp cận này gây bất lợi cho những người tư duy tổng hợp muốn hiểu rõ nguyên lý chung trước khi đi sâu vào những chi tiết cụ thể của môn học.

Là một người có tư duy diễn dịch bạn nên lưu tâm đến những ý tưởng lớn, khái niệm cơ bản, và nguyên tắc có trật tự. Nhưng đồng thời, bạn cũng nên giữ lại danh sách các đề mục chi tiết của môn học mà bạn muốn nắm vững sau này. Đây là một mặt cần thiết trong học tập, mặc dù bạn có thể gạt nó qua một bên khi bạn bắt đầu công việc.

Chỉ cần bạn có được bản danh sách thì bạn sẽ không phải lo lắng cho việc có quá nhiều những quy tắc mà chưa đủ kỹ năng thực hành.

Là những người có tư duy quy nạp, cách tiếp cận có phương pháp, có hệ thống là phù hợp nhất đối với bạn. Bởi vì bạn sẽ học tập thành công nhất nhờ nắm vững được những chi tiết riêng lẻ trước khi chuyển tiếp đến những khái niệm tổng quát hơn.

Cách tiếp cận tốt nhất của bạn là thiết lập một chuỗi mục tiêu đã được xác định rõ ràng mà qua đó cho phép kiến thức được tích lũy dần dần. Chỉ nên xem xét đến những điều có quan hệ trực tiếp tới vấn đề đang học, trong khi những thông tin ít liên quan hơn, dù thú vị đến mấy, cũng có thể tạm thời được bỏ qua. Những người tư duy quy nạp có khuynh hướng đạt được những thứ hạng cao trong trường học, bởi vì bản chất của các giáo trình giảng dạy có cấu trúc chặt chẽ, rất thích hợp với kiểu học đặc biệt của bạn.

Dành ra phần đầu thời gian của bạn để lên kế hoạch, chắc chắn là bạn sẽ cảm thấy thoải mái với nó. Đừng lo lắng về việc dành toàn bộ thời gian bạn có cho việc này: bạn sẽ được nhiều hơn những gì bạn dành cho nó khi bắt đầu, vì nhờ đó bạn sẽ tự tin hơn vào phương pháp chi tiết trong quá trình học của mình.

Hãy tra cứu mục lục một vài cuốn sách hay trong lĩnh vực bạn nghiên cứu để xác định rõ được tâm điểm và ưu tiên trong lĩnh vực đó. Khi có được một bản đồ toàn vẹn "địa hình" rồi, bạn chọn ra những môn học muốn nắm vững và sắp xếp chúng vào một trình tự hợp lý.

Là một người có tư duy quy nạp bạn nên học đầy đủ từng môn học nhỏ trước khi chuyển qua cái tiếp theo. Bạn sẽ không còn cảm giác khó hiểu trước từng vấn đề nhỏ, và tích lũy dần sự hiểu biết về từng "phân đoạn" để có cái nhìn hoàn chỉnh về chủ đề đó. Bạn nên làm gì nếu hoàn cảnh học tập cản trở không cho phép sử dụng phương pháp học ưa thích? Có bốn điều bạn nên làm:

Thứ nhất, hãy kiểm tra xem có thể thực hiện những cách sắp xếp nào khác để học những gì bạn muốn hay không. Những trải nghiệm tại trường phổ thông và bậc đại học đã tạo điều kiện cho tất cả chúng ta dễ dàng chấp nhận rằng lớp học, khoá học, hay chương trình học mà chúng ta tham gia không phải là những thứ chúng ta kiểm soát

được. Nhưng như một người đã trưởng thành trong "thị trường" học tập, bạn được tự do chọn lựa nhiều hơn. Ngoài ra, hầu như luôn có một loạt những nhà cung cấp - cá nhân hay tổ chức sẵn sàng đáp ứng những học viên có nhu cầu hoàn toàn khác so với truyền thống. Nếu kết quả là những trải nghiệm có ích hơn cho bạn thì cũng đáng để mất một vài giờ dành cho việc tìm một nơi học thích hợp hơn.

Nếu khả năng lựa chọn khác không sẵn có, bạn có thể phát huy cách học yêu thích bằng việc bao bọc nó quanh việc học ít phù hợp hơn. Trong trường hợp về học môn Nghệ thuật ở trên, bạn có thể thỏa mãn nhu cầu về cách học logic bằng việc đọc những cuốn sách thú vị có nhiều hình ảnh minh họa về lĩnh vực bạn nghiên cứu. Việc xử lý một môn học theo cách phân tích, cấu trúc có tổ chức, sẽ làm phấn khích và cho thấy những trải nghiệm của bạn có thể nhìn thấy được. Hoặc bạn có thể tìm những cách học khác. Trong trường hợp học từ vựng ngoại ngữ, bạn có thể nới lỏng những kỹ năng về liên kết và tưởng tượng để hình thành những mối liên hệ giữa các từ, mối liên hệ giữa các âm (ví dụ: frère và fair hay there). Những phương pháp chính thể luận công bố trong cuốn *Superlearning* (Cách học siêu việt) của Sheila và Lynn Schroeder đã chỉ ra rằng để giỏi một ngoại ngữ, thì cách học cả nhóm từ sẽ tốt hơn nhiều so với học từng từ một.

Cuối cùng, nếu bạn nhận thấy rằng bản thân mình đang phải đối phó với một bài tập đòi hỏi kiểu học không phải thế mạnh của bạn, hãy chấp nhận thực tế đó và nhận thức rằng bạn cần sử dụng một số kỹ năng trong phương pháp học tập đỉnh cao để vượt qua trở ngại. Tìm ra những cách khác khiến bạn thấy hứng thú với môn học của mình, trao đổi với bạn bè, cân nhắc xem bạn thu được cái gì từ việc giải quyết khó khăn trên, và cứ thế...

THỬ NGHIỆM THỨ 3:

BỐN KIỂU HỌC TẬP - BẠN THUỘC KIỂU NÀO?

Bài tập này dựa trên một nghiên cứu tiên phong của Ned Herrmann. "Công cụ đo lường ưu thế của não bộ" (Herrmann Brain Dominance Instrument - HBDI) của ông là cẩm nang số 1 được những người quan tâm tới việc điều chỉnh cách học cho phù hợp với lối suy nghĩ của mình sử dụng. Herrmann là một ví dụ sống về những thành công thu được nhờ việc ý thức được ưu thế và tiềm năng của bộ não. Tại Đại học Cornell, ông đồng thời Chủ nhiệm hai khoa: Vật

lý và Âm nhạc. Sau đó, trong khi làm Giám đốc Viện Giáo dục quản lý tại General Electric, ông đã trở thành một nhà điêu khắc kiêm họa sỹ thành công. Ngày nay, Herrmann là Chủ tịch của Whole Brain Corporation, một trung tâm chuyên tổ chức các buổi hội thảo về trí tuệ và sáng kiến cho những tập đoàn đứng đầu.

Herrmann đã trình bày quan điểm của mình trong một cuốn sách thú vị có tên là *The Creative Brain* (Bộ óc sáng tạo), trong đó ông kể câu chuyện "kiểu học một trong bốn góc" lần đầu tiên như thế nào? Đó là một ví dụ sinh động về việc làm thế nào những kiểu nhận thức ưa thích của một người có thể dẫn dắt cho những ý tưởng mới. Herrmann đã bị thu hút bởi công trình của Roger Sperry về hai loại bán cầu não khác nhau và học thuyết của Paul McLean về bộ não gồm ba phần, (cả hai vấn đề này đã được xem xét ở Chương 2).

Herrmann đã tổ chức bài thử nghiệm với các học viên để xem xem mình có thể liên hệ những ưu thế trong học tập của họ với quan niệm về tính trội của bán cầu não hay không? Những câu trả lời thu được dường như đã phân các học viên này thành bốn nhóm, không phải hai nhóm như ông dự đoán. Sau này, một lần trên đường lái xe về nhà, ông đã kết hợp những những hình ảnh trông thấy về hai học thuyết này và ông thốt lên:

Ơ-rê-ka! Thật bất ngờ, mối liên kết mà tôi đã tìm kiếm bấy lâu đột nhiên xuất hiện. Hệ thần kinh cảm xúc cũng được chia làm hai phần riêng biệt, cũng đóng góp một lớp vỏ năng lực suy nghĩ, và cũng được kết nối bởi một mối nối - giống như các bán cầu não.

Thay vì tồn tại hai phần chuyên biệt của bộ não, có tới bốn phần - số lượng các tập hợp dữ liệu được biểu hiện!

Vậy cái mà tôi vẫn gọi là não bên trái bây giờ sẽ trở thành bán cầu não trái. Và còn não bên phải, sẽ trở thành bán cầu não phải. Trung tâm bên trái, là thần kinh cảm xúc trái và trung tâm bên phải sẽ là thần kinh cảm xúc phải.

Toàn bộ ý tưởng mở ra nhanh và mạnh đến mức xóa sạch mọi ý thức về xung quanh. Sau khi những hình ảnh về một mô hình mới hình thành trong tâm trí mình, tôi mới nhận ra rằng mình đã bỏ qua chỗ rẽ một lúc lâu. Mười dặm sau cùng hoàn toàn trống rỗng.

Những ưu thế về kiểu suy nghĩ thị giác của Herrmann dẫn ông ta tới một hình ảnh thuộc về không gian, từ đó lóe lên ý tưởng mới. Tất nhiên, ông đã bám sát những hiểu biết sâu sắc của mình bằng việc sử dụng kỹ năng phân tích và diễn đạt để vạch ra cách mà các góc phần tư có thể hoạt động. Bài học mà Herrmann nhận thấy là nếu chúng ta muốn học theo cách sáng tạo hơn, “chúng ta cần học cách tin tưởng vào não phải phi ngôn ngữ của mình, để theo đuổi những linh cảm và theo sát những linh cảm đó bằng sự xác minh cẩn thận tập trung cao độ của não trái”.

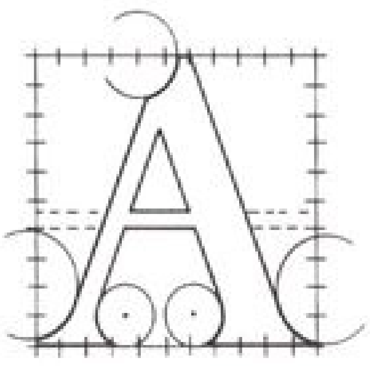
Trước khi tôi giải thích bốn kiểu học mà Herrmann đã khám phá, hãy thử làm những bài tập dưới đây.

♦♦♦♦

Bốn kiểu học tập

[illegible]	1	2	3
A			
B			
C			
D			

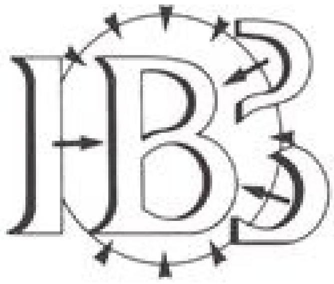
Hãy bắt đầu bằng việc lựa chọn ba lĩnh vực học tập bất kỳ. Thứ nhất, có thể là môn học yêu thích của bạn ở trường, chọn cái mà bạn thấy thích thú nhất. Sau đó, cố gắng tìm một môn học khác, có thể là môn học mà bạn ghét nhất. Cái thứ ba nên là một môn học bạn mới bắt đầu nghiên cứu gần đây hay một môn học mà bạn đã có ý định bắt đầu vào lúc nào đó.

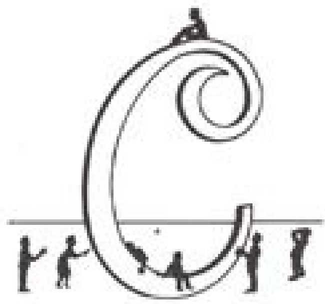


Bây giờ, hãy đọc những mô tả dưới đây về bốn kiểu học và quyết định xem kiểu nào là gần với cách học bạn thấy thoải mái nhất - Gán cho mô tả đó số 1 và gán cho kiểu mô tả mà bạn thấy chán nhất số 3. Với hai kiểu còn lại, hãy quyết định xem cái nào mà bạn có thể chỉ hơi thích hơn để đánh số 2 cho nó và chỉ hơi ghét, đánh số 4.

Hãy nhớ rằng ở đây không có câu trả lời sai - cả bốn cách học đều hợp lý như nhau. Tương tự như vậy, đừng cảm thấy là bạn phải chắc chắn, nếu một cách học có vẻ như tốt hơn cho phạm vi này nhưng không thích hợp cho phạm vi khác, không được gán cùng một kiểu cho cả hai trường hợp.

Kiểu A: Bản chất của bất cứ môn học nào cũng có nền tảng dữ liệu chắc chắn. Và việc học tập được xây dựng một cách bài bản dựa trên nền tảng những hiểu biết cụ thể. Cho dù bạn đang học lịch sử, kiến trúc hay kế toán, bạn đều cần một cách tiếp cận hợp lý và logic để giải quyết những vấn đề của mình đúng đắn. Nếu bạn tập trung vào những sự thật có thể xác minh được mà từ đó mọi người hoàn toàn thừa nhận, bạn có thể tiếp cận với những học thuyết rõ ràng và hiệu quả hơn để làm sáng tỏ hoàn cảnh.





Kiểu B: Tôi thành công nhờ biết sắp xếp. Tôi cảm thấy hài lòng nhất khi ai đó thực sự biết cách sắp đặt những gì được học theo một chuỗi thứ tự. Từ đó tôi có thể giải quyết cả những chi tiết nhỏ, hiểu rằng tôi sẽ th âu tóm toàn bộ vấn đề theo một trật tự đúng đắn. Tại sao phải dò dẫm tìm cách phát minh lại cái bánh xe, trong khi các chuyên gia đã hoàn thành nó từ trước đó? Cho dù đó là một cuốn sách giáo khoa, một chương trình máy tính hay một buổi hội thảo - cái tôi muốn là một chương trình giảng dạy được lên kế hoạch tốt và rõ ràng.



Kiểu C: Theo cách nào đi chăng nữa, học hành là gì, ngoại trừ việc giao tiếp giữa con người với con người? Thậm chí đọc sách một mình cũng thú vị vì bạn đã giao tiếp với một ai đó, hay chính là tác giả của cuốn sách. Quan niệm của tôi về cách học chỉ đơn giản là trò chuyện với những người khác có cùng mối quan tâm đến môn học của mình, học cách họ cảm nhận, và hiểu rõ hơn môn học đó có ý nghĩa như thế nào đối với họ. Khi tôi còn ở trường học, kiểu lớp học mà tôi yêu thích nhất là thảo luận tự do, hay ra ngoài uống cà phê sau đó thảo luận về bài học.

Kiểu D: Ý nghĩa đằng sau mỗi bài học chính là cái quan trọng đối với tôi. Một khi tôi đã nắm được nó, và thực sự cảm nhận được nó cùng với sự tồn tại của mình, việc học mới trở nên có ý nghĩa. Điều này rất đúng đối với những lĩnh vực như triết học hay nghệ thuật. Nhưng thậm chí trong một lĩnh vực, ví dụ như quản lý doanh nghiệp,

tầm nhìn của con người lại chẳng quan trọng hay sao? Liệu có phải họ chỉ đơn giản là theo đuổi lợi nhuận hay họ xem lợi nhuận thu được như cách để đóng góp cho xã hội? Có thể họ có một động cơ hoàn toàn bất ngờ cho những cái họ làm. Khi tôi học một điều gì đó, tôi muốn khám phá những thông tin đằng sau nó và tìm kiếm một cách thức hoàn toàn mới hơn là sử dụng những phương pháp nhồi nhét có sẵn.

♦ ♦ ♦ ♦

Thậm chí, nếu bạn khó khăn trong việc quyết định giữa hai hay nhiều kiểu học, tất nhiên lựa chọn sẽ là cái quan trọng hơn.

Herrmann đã kết hợp kiểu A với "một bậc thầy về logic và lý trí". Kiểu A được dành cho người nắm bắt sự việc, tìm ra vấn đề một cách logic, phát biểu mọi thứ rõ ràng và rành mạch, biến những vấn đề phức tạp thành những quyết định đơn giản, và tạo ra những cách học mới hiệu quả hơn. Herrmann cho rằng một người có thế mạnh với kiểu học này hơn các kiểu còn lại là người không tin vào sự mơ hồ, trực giác hay cảm xúc.

Kiểu học B tương tự như kiểu A nhưng đặt sự tin cậy vào những gì đã thực hiện, vào việc hiểu một cách đúng đắn cả những chi tiết, vào sự hiệu quả, trình tự và sự ổn định. Họ bị thu hút bởi những câu trả lời và những hành động - thực hiện mọi việc đúng giờ và đúng lịch trình - hơn là những câu hỏi và những học thuyết mà kiểu A muốn phân tích. Cả hai đều dựa vào thực tế hành động hơn là cảm xúc và trực giác.

Kiểu C là kiểu học chủ yếu bị ảnh hưởng bởi tâm trạng, không khí hay thái độ. Kiểu này có một ý thức rõ ràng về vạn vật như một quá trình của cơ thể hơn là những thông tin có thể nhìn thấy và có thể phát biểu thành lời. Họ có một mối quan tâm lớn đến những con người và việc giao tiếp; sự logic và những học thuyết chỉ đứng thứ hai để cảm giác và trải nghiệm.

Kiểu D là kiểu mà Herrmann nhận thấy nhấn mạnh nhiều nhất tới sự sáng tạo, tới cách sử dụng của phép ẩn dụ và khả năng mô tả những thứ yêu thích thành lời một cách rõ ràng. Kiểu D đầy rối loạn và lộn xộn, yêu thích những khả năng có thể đem lại thách thức, và chống lại việc đi đến kết luận cuối cùng.

Như Herrmann đã chỉ ra, cả bốn kiểu học này được cường điệu hóa. Thật khó để tìm một người nào đó sử dụng chỉ một trong bốn kiểu trong suốt thời gian. Thậm chí, nếu tất cả những kiểu số 1, số 2 và số 3 trùng nhau trên cả ba môn học, kiểu học ưu tiên nhất của bạn cho tất cả các cơ hội gần như là sự pha trộn giữa những kiểu mà bạn đánh số 1 và 2. Nói một cách khác, nếu những số mà bạn ấn định thay đổi tùy theo các kiểu khác nhau, bạn có thể có một cách tiếp cận phương pháp học linh động hơn. Thường xuyên nhất chúng ta nhận thấy mình có thế mạnh hơn trong những cách học này và chọn ra một cách tự nhiên kiểu học thích hợp trong hoàn cảnh đã cho.

Nhận thức rõ một kiểu học mà bạn cảm thấy thoải mái nhất sẽ cho phép bạn sắp đặt những điều kiện học thích hợp hơn. Tương tự, những người có tư duy phân tích và người có tư duy tổng hợp tiếp cận, việc nhận biết được bạn thích cách tiếp cận nào sẽ cho phép bạn tìm được những tình huống học tập mà ở đó, phương pháp tiếp cận làm việc tốt nhất. Bạn cũng có thể chọn một cách học ít vừa ý hơn như là một sự lựa chọn để mở rộng sức học của mình. Và khi bạn không thể tìm thấy sự kết hợp hữu dụng giữa cái mà bạn muốn học và kiểu học mà bạn cảm thấy thoải mái nhất để học tập nó, bạn có thể cùng lúc sử dụng thêm kiểu học mà bạn ưa thích hơn. Bạn có thể thí nghiệm bằng cách tạo ra một bức tranh theo trực giác về môn học trong khi xây dựng và loại bỏ một số hệ thống logic, hoặc bạn có thể thảo luận về cách nhìn của một vài chuyên gia tại những buổi nói chuyện với sinh viên.

THỬ NGHIỆM 4:

KHẢ NĂNG TƯ DUY CỦA BẠN LÀ GÌ?

Hầu hết mọi người vẫn cho rằng khả năng học tập của họ phụ thuộc vào trí thông minh. Tất cả chúng ta đều nhớ những bài trắc nghiệm về chỉ số thông minh (IQ) mà chúng ta đã làm trong thời thơ ấu, và hầu hết chúng ta đều biết kết quả của nó. Bài kiểm tra chỉ số thông minh được đưa ra với mục đích đo lường khả năng học tập của bạn và từ đó dự đoán mức độ thành công của bạn ở trường học. Tuy nhiên, nhiều nhà tâm lý học đương thời đã bác bỏ hoàn toàn ý kiến về khả năng học tập duy nhất là khả năng tư duy của bạn. Bạn có không chỉ một mà ít nhất là bảy loại trí thông minh khác nhau - và bạn có thể sử dụng hầu hết chúng để nâng cao việc học.

Theo nghĩa này, mỗi loại trí thông minh là một loại năng khiếu học có vẻ dễ dàng với từng người. Một người có thể xuất sắc hơn về sự phối hợp tay - mắt trong các môn thể thao, chơi một nhạc cụ hay giải quyết các vấn đề toán học, một số khác có thể dễ dàng thông cảm với những nhu cầu của người khác, dù là làm một cái tổ chim hay học một ngôn ngữ. Sự kết hợp những kỹ năng theo đúng cách có thể sinh ra từ sự kết hợp giữa các năng khiếu và yếu tố môi trường.

Chỉ dẫn tốt nhất về những khả năng tư duy của bạn nằm trong cuốn *Tầm vóc của trí tuệ*.

Tác giả là một nhà tâm lý thuộc đại học Harvard tên là Howard Gardner. Bảy loại trí thông minh mà Gardner đưa ra là:

1. Trí thông minh về ngôn ngữ
2. Trí thông minh về logic - toán học
3. Trí thông minh không gian
4. Trí thông minh âm nhạc
5. Trí thông minh vận động thân thể
6. Trí thông minh nội tâm (nhận thức về bản thân)
7. Trí thông minh hiểu và làm việc với những người khác (khả năng giao cảm)

Hầu hết, chúng ta đều có một hình dung tốt về những khả năng tư duy mà chúng ta đã trau dồi nhiều nhất và chúng ta cảm thấy tự tin với năng lực đó. Tuy nhiên, như là một sự nhắc nhở, dưới đây là một bài tập đơn giản để xác định điểm mạnh của bạn.

♦ ♦ ♦ ♦

Đâu là khả năng tư duy vượt trội của bạn?

Khoanh tròn những miêu tả mà bạn thấy đúng với mình:

1. Bạn dễ dàng nhớ được các cách diễn đạt hay, những lời trích dẫn

đáng nhớ và vận dụng chúng một cách khéo léo trong giao tiếp.

2. Bạn có thể dễ dàng cảm nhận được người đang nói chuyện với bạn lo lắng về điều gì.

3. Bạn bị mê hoặc bởi những câu hỏi liên quan đến khoa học hay triết học như "Khi nào thì thời gian bắt đầu?".

4. Bạn có thể nhanh chóng tìm ra con đường tại một khu vực mới hay khu phố lân cận.

5. Bạn được đánh giá là khá duyên dáng và hiếm khi cảm thấy lúng túng trong hành động.

6. Bạn có thể hát đúng giai điệu.

7. Bạn thường xuyên đọc các thông tin khoa học trên báo và xem xét các tạp chí về khoa học hay công nghệ.

8. Bạn nhận thấy lỗi dùng từ hay ngữ pháp của người khác, dù bạn không sửa các lỗi này.

9. Bạn thường xuyên tìm hiểu vài thứ hoạt động như thế nào hay làm cách nào để sửa chữa cái gì đó mà không cần sự giúp đỡ.

10. Bạn có thể dễ dàng tưởng tượng những người khác thực hiện vai trò của họ như thế nào trong công việc và gia đình rồi hình dung ra bạn đang đóng vai trò của họ.

11. Bạn có thể nhớ chi tiết sơ đồ bố trí và các ranh giới (landmark) của những nơi mà bạn đã tới thăm trong những kỳ nghỉ của mình.

12. Bạn yêu âm nhạc và có một vài nghệ sỹ yêu thích.

13. Bạn thích vẽ.

14. Bạn khiêu vũ giỏi.

15. Bạn sắp xếp mọi thứ trong bếp, phòng tắm hay trên bàn học của bạn theo từng loại và theo một khuôn mẫu.

16. Bạn thấy tự tin trong việc lý giải hành động của người khác theo điều mà họ đang cảm thấy.

17. Bạn thích kể chuyện và bạn được coi là một người kể chuyện có duyên.

18. Đôi khi bạn thích nghe những tiếng động khác nhau từ môi trường xung quanh.

19. Khi bạn gặp một người lạ, bạn thường liên hệ đặc điểm của họ tới đặc điểm của những người quen khác.

20. Bạn cảm thấy mình có một dự cảm chắc chắn về những cái bạn có thể làm và những cái bạn không thể làm.

Nếu cả ba trong số các bộ ba câu trả lời dưới đây đúng với bạn, thì bạn có thế mạnh về khả năng tư duy đó, kể cả khi bạn chưa bao giờ trau dồi chúng.

Câu hỏi 1, 8 và 17: Trí thông minh về ngôn ngữ

Câu hỏi 6, 12 và 18: Trí thông minh âm nhạc

Câu hỏi 3, 7 và 15: Trí thông minh logic toán học

Câu hỏi 4, 11 và 13: Trí thông minh không gian

Câu hỏi 5, 9 và 14: Trí thông minh vận động thân thể

Câu hỏi 10, 16 và 20: Trí thông minh nội tâm (nhận thức về bản thân)

Câu hỏi 2, 10 và 19: Trí thông minh hiểu và làm việc với những người khác (khả năng giao cảm).

♦ ♦ ♦ ♦

Bất kể loại trí thông minh mạnh nhất của bạn có thể là gì, bằng việc lựa chọn giữa nhiều phương pháp khác nhau, bạn có thể thu thập cả một vốn liếng các phương pháp học và cách tận dụng chúng. Bằng cách hướng việc học theo lĩnh vực tốt nhất của mình, bạn có thể khiến

việc tiếp thu trở nên dễ dàng hơn, bổ ích hơn và vui hơn. Không cần kỳ vọng quá nhiều vào bản thân, bạn có thể trau dồi các kỹ năng bằng việc thử thách bản thân học một thứ gì đó mà không tuân theo cách truyền thống; và bằng việc kết hợp các kỹ năng từ nhiều loại loại trí thông minh, bạn có thể học theo cách toàn diện hơn và cuốn hút hơn.

THIẾT LẬP HỒ SƠ HỌC TẬP CỦA BẠN

Chúng ta vừa tìm hiểu một số quan niệm về cách học riêng của từng người, bây giờ bạn hãy chuẩn bị gom những gì bạn thu thập được để xây dựng hồ sơ đầu tiên về bản thân bạn với tư cách là một học viên. Bạn sẽ hoàn thành hồ sơ về kiểu học của bản thân dựa vào những gì bạn biết về cách để bộ não hoạt động có hiệu quả nhất.

Đừng lo lắng nếu bạn không hài lòng với kết quả ở giai đoạn này; bài tập này chỉ là bản nháp mở đầu. Bạn có thể nhớ lại khi xem các bộ phim hình sự, cảnh sát đã làm thế nào để phác họa chân dung của kẻ bị tình nghi từ mô tả của nạn nhân. Phác thảo đầu tiên này chỉ là bản nháp gần đúng. Nhưng có thể ngay sau khi xem lại, nạn nhân sẽ nói: “Không, cái mũi chưa chính xác, cần phải dài thêm chút nữa” hay: “Đôi mắt thì đúng rồi nhưng lông mày thì hơi rậm.” Đó là mục đích của bản nháp đầu tiên của hồ sơ về cách học của riêng bạn. Chỉ bằng cách viết ra bạn mới có thể nói: “Vâng, tôi muốn có một cái nhìn tổng quát trước. Nhưng tôi cũng muốn biết có cách nào từng bước từng bước xem xét toàn bộ tài tiệu khi tôi cần.”

♦ ♦ ♦ ♦

Hồ sơ Cách học của cá nhân

Hoàn thiện mỗi câu sau đây vào cuốn nhật ký học tập của bạn, xem lại những kết quả bạn có được từ bài tập của những chương trước. Ví dụ, đọc bài tập đã được hoàn tất ở mục thứ hai của bạn có thể thấy ghi: "Tôi là một người có tư duy quy nạp. Tôi thích học từ ví dụ rồi rút ra khái niệm. Tôi thích tập trung vào những cơ sở lập luận chắc chắn. Ví dụ năm ngoái, khi học về cách xử lý các kết quả, tôi nhớ là tôi cảm thấy tẻ nhạt thế nào với những bài viết lý thuyết; để bắt đầu, tôi luôn tìm kiếm những bài tập tình huống, những ví dụ cụ thể”.

Tiếp tục theo cách này để hoàn thành từng mục một. Bạn nên trở lại hồ sơ này một cách thường xuyên trong quá trình bạn làm việc với

cuốn sách này. Bạn có thể tiếp tục chỉnh sửa hồ sơ đầu tiên, và khi làm như vậy hồ sơ của bạn sẽ ngày càng có ích trong việc lập kế hoạch học tập hay dự đoán những vấn đề bạn sẽ gặp phải.

1. Đưa ra từ câu trả lời cho bài tập "Thời gian học tập tốt nhất và tồi nhất của bạn":

2. "Thời gian học tập tốt nhất của tôi là.............., vì vậy tôi cảm thấy thoải mái nhất khi sắp xếp thời gian học tập của tôi vào..............".

3. Đưa ra từ câu trả lời cho bài tập "Từ ví dụ đến khái niệm" hay "từ khái niệm đưa ra ví dụ":

4. "Tôi là một người (tư duy diễn dịch, tư duy quy nạp, kết hợp), tôi thích đi (từ ví dụ đến khái niệm, từ khái niệm đưa ra ví dụ), vì vậy, khi tìm hiểu một môn học mới tôi ưu tiên hướng tiếp cận..............".

5. Đưa ra từ câu trả lời cho bài tập "Bốn góc một phần tư"

6. "Tôi thích học từ (thực tế, cấu trúc, con người, cảm giác), vì vậy, khi tìm hiểu một môn học mới, hướng tiếp cận ưu tiên của tôi là.................".

7. Đưa ra từ câu trả lời cho bài tập "Những khả năng tư duy nào là điểm mạnh của bạn?":

8. "Hai khả năng tư duy mạnh mẽ nhất của tôi là ...., vì vậy, tôi hứng thú học nhất khi vấn đề đó liên quan ....".

♦ ♦ ♦ ♦

KẾT HỢP PHONG CÁCH CỦA BẠN VỚI NGUỒN TÀI LIỆU HỌC TẬP

Bất kể bạn muốn học gì, bạn đều cần dùng đến một nguồn tài liệu nào đó. Nguồn tài liệu trong trường hợp này được hiểu theo nghĩa là bất cứ thứ gì đáp ứng hoặc cung cấp thông tin cho việc học tập của bạn. Nguồn tài liệu chính mà ta có thể sử dụng được nhiều là:

- Các ấn phẩm như: sách, báo và tạp chí.
- Kinh nghiệm từ các hoạt động, đặc biệt là những hoạt động sáng tạo trong học tập, ví dụ như đóng kịch, hoạt động theo nhóm hoạt động hoặc nghiên cứu, và các hội thảo.
- Các phương tiện như: TV, phim, băng hình, tiếng, slide, và đồ họa.
- Tự nhiên: nghiên cứu của riêng bản thân bạn về một số mặt của môi trường xung quanh mình.
- Những người khác, đặc biệt là những trường hợp được đào tạo để bồi dưỡng kiến thức từ các bài giảng, lớp học, hội thảo, và các nhóm thảo luận.

Đối với bất cứ cách học nào, sở thích của bạn cũng là yếu tố quan trọng trong cách học. Nếu bạn có thể sắp xếp phương pháp học tập của mình để sử dụng nguồn tài liệu mà bạn thích - kiểu hay trạng thái - mà bạn thích thì một điều chắc chắn là bạn sẽ tìm thấy những khoảng thời gian thú vị và hiệu quả hơn.

Có lẽ yếu tố quan trọng nhất ở đây là liệu bạn thích học một mình hay học cùng người khác. Thật may mắn, đó cũng là một trong những điều dễ xác định nhất, bởi vì bạn luôn biết rõ mình thích gì. Bạn đã bao giờ tìm ai đó để học cùng ở trường chưa? Có phải bạn thích đến lớp phần nào vì ở đó có nhiều người không? Bạn có cảm thấy vô cùng bí bách nếu bạn đang đọc một cuốn sách thú vị nhưng không có ai để bàn luận? Nếu câu trả lời của bạn là khẳng định thì không còn gì phải bàn cãi nữa, chắc chắn bạn sẽ thành công nếu học tập theo nhóm.

Mặt khác, bạn có thể thích tìm hiểu vấn đề mới một mình. Bạn cảm thấy rằng sự hiện diện của những sinh viên khác trong lớp có thể làm bạn chậm tiến bộ hoặc khiến bạn mất tập trung vào lĩnh vực mà bạn hứng thú nhất? Những cảm giác như vậy cho thấy rằng, đối với bạn, thật thú vị khi tự mình lái con tàu đi đến bến bờ tri thức.

Trong cả hai trường hợp, đều có cách để thỏa mãn sở thích của bạn. Nếu làm việc theo nhóm là lựa chọn của bạn, có nhiều biện pháp để giao lưu với những người khác đơn giản hơn việc đăng kí vào một lớp học. Nếu bạn thích học một mình, có nhiều phương tiện và nguồn

tài liệu mới làm phong phú thêm cho chuyến phiêu lưu khám phá thế giới tri thức của bạn.

Bài tập dưới đây có hai mục đích: trước hết, nó cho thấy mức độ phong phú của các nguồn tài liệu mà bạn có thể dùng vào hầu hết các mục tiêu học tập; thứ hai là tăng cường nhận thức của bạn về nguồn tài liệu học tập ưa thích của bản thân.

♦ ♦ ♦ ♦

Kết hợp các nguồn tài liệu học tập với cách học của cá nhân

Giả sử rằng bạn muốn tìm hiểu thêm về các loài đang có nguy cơ bị tuyệt chủng. Dưới đây là những việc bạn có thể tiến hành, mỗi cách làm sẽ dẫn tới những hiểu biết quan trọng về môn học này. Ba cách nào dưới đây khiến bạn cảm thấy thoải mái nhất?

1. Đọc một hoặc hai cuốn sách về môn học này.

2. Tham gia vào việc mô phỏng mẫu thủ tục hành chính để tuyên bố một loài được bảo vệ.

3. Tham dự một số bài giảng.

4. Phỏng vấn những người am hiểu về lĩnh vực này.

5. Xem băng hình hay xem phim.

6. Thăm một khu bảo tồn động vật, chụp ảnh, thu thập tài liệu liên quan.

7. Viết thư xin thông tin và quan điểm của nhóm người quan tâm về lĩnh vực này.

8. Viết luận văn, báo, thuyết trình về môn học này dựa trên bất cứ cách nào kể trên.

9. Đóng vai để tranh luận những quan điểm trái ngược của những người khác nhau về vấn đề này.

10. Tham gia vào một nhóm sáu người thúc đẩy việc lên kế hoạch một cuộc vận động ở địa phương thay mặt cho những sinh vật có nguy cơ bị tuyệt chủng.

11. Tự thiết kế một chiến dịch thông tin đại chúng tuyên truyền về tình hình chung và kêu gọi hỗ trợ cho những tổ chức quốc gia hoạt động trong lĩnh vực này.

12. Ở nhà một nhà động vật học sống cạnh trường trong một tuần.

13. Xác định câu hỏi để phỏng vấn trong một cuộc điều tra về thái độ của cộng đồng với vấn đề này

♦ ♦ ♦ ♦

Tìm hiểu thêm về cách học của mình

Nếu bạn muốn tìm hiểu sâu hơn về các phương cách để não bạn hoạt động ở tình trạng tốt nhất, bạn có thể đi theo một số hướng.

Cách dễ nhất mà cũng có hiệu quả nhất là thường xuyên ghi chú về cách học, cũng như các ý tưởng khác vào nhật ký học tập của bạn. Bạn có thể phân biệt từng ghi chú một bằng cách viết với mỗi loại một màu mực riêng, hoặc dán lên một cái hộp hay một quả bóng. Khi việc này đã trở thành thói quen của bạn, bạn sẽ nhanh chóng cảm nhận được hành vi học tập riêng của mình.

Cách thứ hai bạn có thể tìm hiểu thêm về cách học của mình bằng cách tham gia thảo luận theo nhóm. Những nhóm thảo luận này thường dùng một trong những bài test xác định cách học được sử dụng phổ biến trong một nhóm, sau đó mỗi thành viên sẽ đưa ra lời khuyên về cách học của chính bản thân bạn.

Không có cuốn sách nào đi sâu vào phương pháp học của người lớn. Cách giải quyết tốt nhất đối với vấn đề này là bạn hãy đọc cuốn *Theo cách của chính họ* (In Their Own Way) của tác giả Thomas Amstrong. Cuốn sách này tập trung vào phát hiện và khuyến khích phương pháp học riêng của trẻ em, nhưng cũng có thể áp dụng cho người lớn.

Bây giờ bạn đã biết làm thế nào để tìm cách học nào là phù hợp

với bạn, làm cho học tập trở nên thú vị và hiệu quả. Bạn có thể sắp xếp lại sách vở, góc học tập để phù hợp với phương pháp học hiệu quả nhất của bạn; điều chỉnh thời gian để có được những giờ làm việc hiệu quả nhất; và học những gì bạn thích.

Tuy nhiên, một phần quan trọng không kém là bạn cần có khả năng điều chỉnh cách học của mình bằng cách áp dụng theo những phương pháp mà bây giờ bạn ít áp dụng nhất hoặc ít cảm thấy thoải mái nhất.

Nếu khả năng tư duy chủ yếu của bạn là về ngôn ngữ và không gian thì bạn có thể thử sức mình với một kế hoạch học tập hấp dẫn có "hương vị" toán học hay âm nhạc. Nếu bạn là người có lối tư duy tổng hợp, bạn có thể thử tiếp cận với lối suy nghĩ phân tích một vấn đề nào đó. Nếu bạn là một người làm việc hiệu quả nhất vào buổi sáng, bạn có thể ở lại công ty muộn một tối và xem xem liệu có công việc nào bạn thực sự làm có hiệu quả hơn vào thời điểm đó không. Nếu bạn thường đăng ký vào một lớp học khi bạn muốn học cái gì đó mới, bạn hãy thử lên kế hoạch tự học cho mình.

Có ba cái lợi trong việc thử thích nghi phương pháp học của mình. *Trước tiên*, có những môn học và một số trường hợp nhất thiết yêu cầu cách học này hay cách học khác. Khi gặp trường hợp đó, bạn sẽ gặp bất lợi nếu bạn không thể chuyển sang cách làm việc đó và thực hiện được, nếu không đạt hiệu quả cao nhất thì ít nhất cũng có kết quả. Các khóa học mang tính chất học thuật là một ví dụ. Các khóa học này thường yêu cầu bạn có cách tiếp cận diễn dịch.

Thứ hai, bạn có thể phát hiện ra rằng một phương pháp khác có khi lại hiệu quả không ngờ. Tất cả chúng ta đã không chú ý tới những khả năng của phương pháp này. Phát hiện của bạn có thể là một khám phá và bổ sung thêm một ghi chú tích cực vào danh sách những kỹ năng về tư duy của bạn. Hàng nghìn người cho rằng mình không thể thảo ra hay viết ra - hai cách học hiệu quả và thoải mái, nhưng họ đã phát hiện ra họ có thể nhờ hai cuốn sách đã xuất bản trước đó trong loạt sách về môn học này. Đó là cuốn *Drawing on the Right Side of the Brain* (Tiếp cận bán cầu não phải) của Betty Edwards, và *Writing the Natural Way* (Cách tự nhiên thể hiện) của Gabriele Rico.
Và thứ ba, tiến hành những cách học khác sẽ phát triển khả năng chia sẻ với những người có phương pháp học đó.

Áp dụng phương pháp đó không chỉ đáp ứng nhu cầu học tập của bản thân bạn, mà bạn còn có nhận thức mới về những phương pháp học đặc biệt hữu ích cho trẻ em, nếu bạn là những bậc phụ huynh hay giáo viên, và cho nghề nghiệp của bạn. Trong cả hai trường hợp, những khó khăn thường gặp có thể giải quyết nhờ phương pháp này.

Trong giới công chức, người ta nhận thức sâu sắc sự cần thiết của việc nắm được những phương pháp học khác nhau trong các nhóm. Điều đó có nghĩa là bạn có thể xác định xem cách học của bạn phù hợp với những nhiệm vụ trong công việc hiện tại của bạn đến mức nào. Bạn cũng có thể hiểu cách học của những người khác, điều này có thể mang đến sự hiệu quả hơn trong các buổi thảo luận.

Trong nhóm của tôi, chúng tôi minh họa điều này bằng một đường bán nguyệt. Tất cả các thành viên của chúng tôi sẽ ngồi theo hình bán nguyệt sao cho vị trí của họ thể hiện mức độ ưu tiên của họ đối với hai phương pháp học diễn dịch và quy nạp. Những người ngồi bên trái hình bán nguyệt thích phương pháp học từng bước, phân tích rồi hệ thống; những người bên phải hình bán nguyệt thích phương pháp học theo chỉnh thể, khái quát, từ tổng quát đến cụ thể. Sau đó, chúng tôi nói về việc làm thế nào để hai nhóm này có thể giải thích hay truyền đạt thông tin một cách tốt nhất.

Một người bên trái sẽ nói: "Đợi chút nào, sẽ dễ hiểu hơn nếu bạn bắt đầu bằng cách đưa ra một số ví dụ cụ thể về vấn đề bạn đang nói. Bạn đang làm đảo lộn hết lên thay vì bắt đầu với những điều cơ bản trước tiên". Nhưng ngay sau đó, một người bên phải sẽ phản đối, "Này, tôi làm sao tôi có thể thấy rừng nếu chỉ dựa vào đám cây cối mà bạn ném vào tôi. Liệu chúng ta có thể hiểu lệch lạc vấn đề nếu chỉ dựa vào các chi tiết và liệu chúng ta có thể có được cái nhìn tổng quan về vấn đề? Vấn đề ở đây là gì? Chúng ta hướng đến cái gì?".

Tạo ra các nhóm hợp tác làm việc hoặc giải quyết vấn đề là điều quan trọng, trong đó không thể không có các cách đảm bảo khả năng thành công cao hơn. Một số vấn đề mang tính kỹ thuật cao cần các thành viên trong nhóm có cùng nghĩ cách xử lý thông tin, tìm kiếm các cách lập luận mới, giải mã dữ kiện, và đi đến kết luận. Các nhiệm vụ điều tra thực tế hay giải quyết vấn đề khó khăn, ví dụ như quyết định thực thi các mệnh lệnh nhờ vào ban quảng cáo, cũng là một trường hợp như vậy.

Tuy nhiên, trong những trường hợp khác, bạn có thành công hay không lại phụ thuộc vào việc bạn có chọn đúng nhóm hay không, có nghĩa là các thành viên trong nhóm phải có những cách tư duy bổ sung cho nhau. Bạn cần có từ một đến hai người có cách tiếp cận vấn đề theo lối tổng hợp, có cái nhìn bao quát, số còn lại có cách làm việc hệ thống và logic. Lên kế hoạch hoạt động trong năm tới là nhiệm vụ cần một nhóm có phương pháp hỗn hợp.

Mối quan hệ giữa nhân viên và sếp cũng là khía cạnh mà phương pháp học tập hay tư duy có ảnh hưởng lớn tới thành công của mỗi người hay của cả doanh nghiệp. Một tình huống điển hình xảy ra hàng ngày trong ngành kinh doanh hay ngành công nghiệp là: người giám sát viên than phiền rằng anh công nhân mới dường như không thể làm được một nhiệm vụ bình thường.

Trong chương này, bạn đã biết về cách thức tiếp cận vấn đề mới mà bạn yêu thích. Bạn đã phát hiện ra não bạn "thích" cách xử lý thông tin nào hơn, hình thức, phương tiện nào của hướng dẫn phù hợp với bạn nhất, thời gian nào trong ngày bạn làm việc hiệu quả nhất, và cách bạn thích nghi phương pháp tư duy. Bạn ý thức về bản thân với tư cách là người học, đó là điều kiện tiên quyết của phương pháp học tập đỉnh cao. Bây giờ bạn đã có thể tận dụng tối đa những kỹ thuật, chiến lược để có phương pháp học hiệu quả nhất đối với bản thân.

6. CẢI THIỆN KỸ NĂNG HỌC, ĐỌC VÀ NHỚ

Làm thế nào bạn có thể nâng cao khả năng học tập trong quá trình học từng ngày, từng giờ của mình? Bạn làm gì trước, trong và sau khi học để tăng cảm hứng trong lúc học, bảo đảm thu được hiệu quả tối đa từ thời gian mà mình bỏ ra để học?

Kỹ năng mà bạn sẽ được biết đến dưới đây mang tính cụ thể hơn những chiến lược chung chung bạn đã biết ở chương trước, ví dụ như cách bạn làm bài tập hay nhiệm vụ phù hợp với cách học của cá nhân bạn cũng như nguồn tài liệu bạn lựa chọn. Những chiến lược ở chương trước xác định phương hướng chính, quyết định đích mà bạn muốn hướng tới và cách thức chung để bạn có thể đến được đích đó. Mặt khác, những kỹ năng mới này là công cụ cụ thể của bạn - compa, thước đo chiều sâu - với những công cụ này bạn có thể dẫn dắt bài học của mình, điều chỉnh hướng đi giống như một người lái tàu biển lão luyện.

CÁC KỸ NĂNG HỌC

Trước khi học

Kỹ năng đọc lấy thông tin, kỹ năng để thu được chính xác điều bạn cần từ sách, báo.

Kỹ năng khám phá theo mô hình chữ V, để duyệt trước trong đầu những câu hỏi quan trọng bạn muốn trả lời trong mọi bài học.

Trong quá trình học

Lập bản đồ tư duy, kỹ năng dùng để hỗ trợ việc sử dụng mối liên tưởng tự nhiên của trí óc nhằm tổ chức, sắp xếp những thông tin bạn tiếp nhận.

Câu hỏi khám phá, loại câu hỏi mà bạn thường chủ động đặt ra để xoáy vào những thông tin bạn có bằng cách dự đoán một cách sáng tạo xem những thông tin đó sẽ dẫn tới đâu.

Sau khi học

Cải thiện trí nhớ, kỹ năng này giúp lưu giữ những dữ liệu thực tế dễ dàng hơn.

Quay chậm, kỹ năng gợi nhớ và xem lại bất kỳ điều gì bạn đã biết về bài học để bổ sung kiến thức về bài học đó.

TRƯỚC KHI HỌC

Một nguyên tắc được nhấn mạnh xuyên suốt cuốn sách này là bất kỳ quyết định nào bạn đưa ra trước khi học cũng quan trọng đối với thành công của bạn. Lựa chọn của bạn về đối tượng nghiên cứu, nguồn tài liệu sử dụng, thời gian và địa điểm bạn học có hiệu quả nhất đều mang tính quyết định mức độ hiệu quả và hứng thú của bạn.

Còn một số kỹ năng cụ thể khác mà bạn cần sử dụng khi chuẩn bị bắt đầu học một cái mới. Hai kỹ năng mà tôi thấy hiệu quả nhất là đọc lấy thông tin, trong trường hợp bạn có ý định học từ sách, và khám phá theo mô hình chữ V hay khi bạn muốn làm giàu kiến thức từ một số hình thức khác.

Đọc lấy thông tin

Khoảng thời gian học ở trường, phần lớn chúng ta đều đọc sách một cách thụ động. Chúng ta thường cảm thấy hơi có lỗi nếu không bắt đầu đọc từ trang đầu tới trang cuối. Nếu chúng ta quyết định bỏ dở trước khi đọc đến trang cuối, ta sẽ cảm thấy rằng mình chưa thực sự đọc cuốn sách đó. Quan trọng hơn cả là chúng ta đã để những điều tác giả chọn và ưu tiên nhấn mạnh chi phối mối quan tâm của mình. Chúng ta đã trao quyền quyết định học cái gì cho tác giả. Máy tính đang dạy chúng ta cách đọc một cuốn sách có hiệu quả hơn, khá khác biệt với cách mà hầu hết chúng ta được dạy ở trường. Đó là chủ động, tự định hướng, và sáng tạo. Khi ta ngồi trước máy tính là ta đang tự chịu trách nhiệm. Khi truy cập các thông tin và thủ tục ta cần, lựa chọn từ rất nhiều các trình đơn hay các lệnh khác nhau để hoàn thành công việc. Ta tiến thẳng tới cái ta muốn. Ta có thể xem qua toàn bộ chương trình hay cơ sở dữ liệu trước khi đi sâu thêm để có cảm nhận chung về nội dung và quy trình. Chúng ta nhảy cóc từ phần này sang phần khác, khơi dậy các lĩnh vực quan tâm khác nhau để tìm hiểu về chúng.

Khi đã quen với cách đọc này, ta sẽ thấy mỗi cuốn sách mang một đặc điểm. Thay vì là nguồn thông tin một chiều - từ tác giả tới độc giả - sách đã trở thành nguồn tài liệu mang tính tương tác nhờ có phương pháp học tự định hướng.

Nhưng đối với phần lớn các sách mà nhiều người trong chúng ta đọc để lấy thông tin và tri thức thì phương pháp đọc lấy thông tin này thích hợp hơn là đọc từ đầu đến cuối cuốn sách. Thay vì sự tẻ ngắt đi theo sở thích của các tác giả thể hiện trong những thông tin mà họ đưa ra, chúng ta có thể tìm kiếm những mẩu thông tin nhỏ lý thú mà chúng ta cần để đạt được mục tiêu.

Bài tập dưới đây, do Giáo sư Robert Smith ở Đại học Bắc Illinois phát triển cho khóa học đầu tiên về phương pháp học, sẽ giúp bạn thực hiện điều này.

♦ ♦ ♦ ♦

Đọc lấy thông tin

Bạn cần thông tin từ một cuốn sách mà bạn chưa đọc, hãy đọc bìa, mục lục, một số thông tin mở đầu (lời tựa, lời nói đầu, giới thiệu), phụ lục:

1. Mở trang đầu và đọc xem nhà xuất bản viết gì về cuốn sách.

2. Giở ngược lại và đọc xem nhà xuất bản nói gì về tác giả và trình độ chuyên môn của họ để viết một cuốn sách như vậy.

3. Chuyển qua phần mở đầu (lời tựa, lời nói đầu, phần giới thiệu) và đọc xem tác giả hay người biên tập muốn hướng tới điều gì trong cuốn sách.

4. Mở phần mục lục xem tác giả đã tổ chức thông tin thành từng phần, từng chương, hay các phần nhỏ hơn như thế nào.

5. Giở qua cuốn sách, lướt nhanh hay đọc nhanh một đoạn, một tiêu đề thu hút sự chú ý của bạn. Cố gắng nắm được tinh thần chung của cuốn sách.

6. Đặt cuốn sách xuống và viết ba câu hỏi liên quan đến vấn đề

bạn thấy tò mò sau lần xem qua đầu tiên này.

7. Tiếp theo, xem xét câu hỏi đầu tiên và tìm trong đó một từ hoặc một cụm từ khóa mà bạn nghĩ có thể có trong phần phụ lục. Mở phần phụ lục và tìm kiếm từ khóa; nếu bạn không tìm thấy, thử tìm một từ đồng nghĩa. Nếu cũng không có từ đồng nghĩa, hãy xem phần mục lục có thể dẫn bạn đến phần có câu trả lời cho câu hỏi của mình.

8. Bây giờ lật sách đến phần liên quan đến câu hỏi của bạn và tìm câu trả lời. Nếu tác giả chỉ dẫn đến một phần khác trong cuốn sách, theo chỉ dẫn này cho đến khi có được đầy đủ thông tin liên quan đến câu hỏi.

9. Áp dụng quá trình tương tự đối với câu hỏi thứ hai và thứ ba.

Câu hỏi

1. Bạn cảm thấy khác biệt gì khi coi sách như một nguồn tài nguyên để học với cách bạn vẫn thường cảm nhận về sách?

2. Có khác biệt gì về chất lượng thông tin mà bạn thu được?

♦ ♦ ♦ ♦

Điểm cơ bản của bài tập này là phát hiện khi bạn đặt ba câu hỏi. Đó không phải là sau khi bạn đã đọc toàn bộ cuốn sách từ trang này sang trang khác. Thay vào đó, bạn mới chỉ lướt qua nội dung cuốn sách lần đầu tiên. Khi đó bạn đã có thể dễ dàng xác định cuốn sách này có hữu ích cho bạn hay không - có nghĩa là tác giả có nói về điều gì quan trọng liên quan tới điều mà bạn muốn tìm hiểu hay không. Nếu không, bạn không cần thiết phải đọc thêm nữa.

Tuy nhiên, có điều thú vị là nếu bạn đã có một cái nhìn tổng quan về vấn đề mà bạn muốn tìm hiểu thì chỉ một lần đọc lướt qua như vậy cũng có thể gợi cho bạn những câu hỏi cụ thể hơn mà có thể tìm được câu trả lời trong cuốn sách. Tất nhiên, cũng có nhiều thông tin khác trong cuốn sách đó ngoài những câu trả lời bạn cần, nhưng bạn sẽ quyết định mức độ phù hợp của những thông tin đó đối với nhu cầu của bạn. Có thể việc tìm kiếm phần trả lời cho ba câu hỏi đó sẽ dẫn bạn đến quyết định đọc toàn bộ cuốn sách. Mặt khác, có thể chỉ ba câu trả lời là toàn bộ những gì bạn cần ở cuốn sách đó, và bạn có thể

chuyển sang đọc cuốn sách tiếp theo.

Bạn chọn cách sử dụng sách như thế nào là phụ thuộc vào bạn. Như bạn đã biết, điểm khác biệt cơ bản giữa phương pháp học tập đỉnh cao và cách học bạn từng được dạy trong nhà trường là với phương pháp học tập đỉnh cao: bạn có thể chọn bất cứ điều gì bạn muốn.

Đến lúc này, bạn đã biết thế nào là sử dụng sách như một nguồn tài nguyên trong việc học tập của cá nhân. Có một số kỹ năng nâng cao hơn có thể bạn muốn thử. Ví dụ, bạn có thể kiểm tra nội dung của cuốn sách giống như cách mà người ta thường tìm kiếm thông tin trong cơ sở dữ liệu của máy tính bằng cách sử dụng từ khóa.

Tất nhiên, trong một cuốn sách những từ khóa thường được liệt kê trong phần Phụ lục. Thường thì những từ khóa đóng góp vào khoảng 15% nội dung của toàn bộ cuốn sách, 85% còn lại sẽ chỉ có từ một hai đến ba trang cho mỗi mục trong phụ lục. Bằng cách đọc phụ lục một cuốn sách, bạn sẽ có câu trả lời ngay cho những câu hỏi quan trọng dưới đây:

1. Mười vấn đề quan trọng nhất của cuốn sách là gì?

2. Trong số những vấn đề này, đâu là điểm xuất phát phù hợp với vốn hiểu biết sẵn có của tôi?

3. Vấn đề nào được đề cập hoàn toàn mới đối với tôi, và những vấn đề ấy có hấp dẫn và hữu ích hay không?

4. Đáp ứng những vấn đề trên, và phù hợp với mục tiêu học tập của tôi, liệu tôi có đủ lý do để tiếp tục đọc cuốn sách này hay tôi nên tìm thông tin thêm nữa?

Để tóm tắt về giá trị của kỹ năng đọc lấy thông tin, hoàn toàn có thể nói:

- Đọc lướt nhanh qua phần miêu tả, giới thiệu, mục lục, phụ lục của một cuốn sách cho bạn cảm nhận ngay liệu cuốn sách này có đáp ứng được mục tiêu học tập mà bạn đặt ra hay không. Nếu cuốn sách không giúp bạn đạt được mục tiêu đề ra, chắc chắn bạn có thể bỏ qua cuốn sách đó.

- Nếu sau khi đọc lướt, trong đầu bạn nảy ra câu hỏi bạn muốn tìm câu trả lời, bạn có thể chỉ đọc những phần trong cuốn sách có câu trả lời (và bất cứ chỉ dẫn tham khảo cần thiết nào để hiểu vấn đề), và tiếp tục với nguồn tài liệu học tập khác. Không phải tự trách mình vì chưa đọc hết cuốn sách - không ai kiểm tra bạn về việc đó!

- Phân tích phụ lục một cuốn sách có thể giúp bạn quyết định có nên tiếp tục dành thời gian vào cuốn sách đó hay không và đâu là điểm bắt đầu tốt nhất đối với bạn. Không phải e ngại "cảnh sát giám sát đọc sách" sẽ bắt bạn nếu bạn không từ trang đầu tiên.

Biến mọi trải nghiệm thành cơ hội học tập

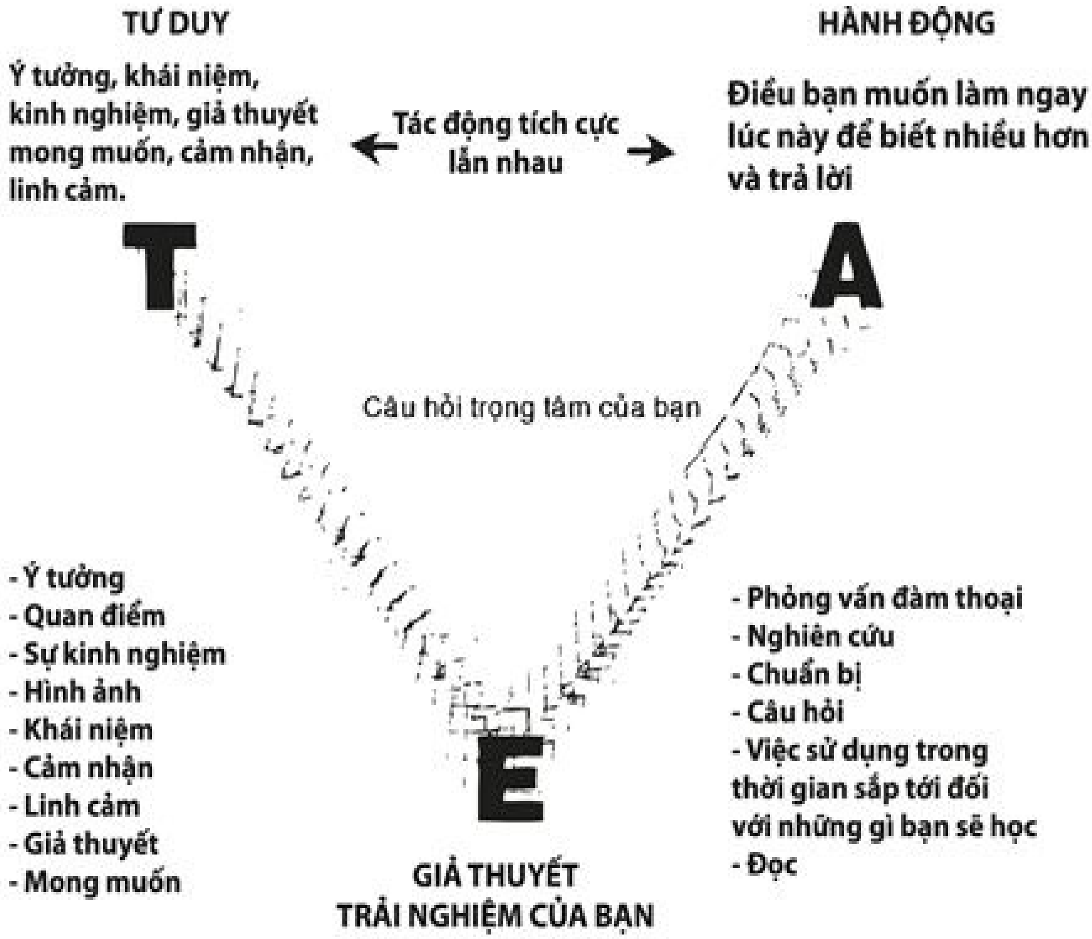
Một số người đã xây dựng được phương pháp học từ những sự kiện trong cuộc sống một cách có hệ thống. Thường thì điều tốt nhất chúng ta làm là cố gắng tỉnh táo theo dõi những gì đang diễn ra suốt khoảng thời gian đó, và rồi nghiệm lại - nếu bạn có thời gian để làm như vậy. Kết quả là bạn không thu được đầy đủ giá trị giáo dục từ nhiều kinh nghiệm cuộc sống có ý nghĩa nhất. Có một kỹ năng đơn giản giúp chúng ta học từ những sự kiện trong cuộc sống tốt hơn. Kỹ năng "Khám phá theo mô hình chữ V" giúp chúng ta có thể:

1. Xác định những sự kiện sắp tới mà chúng ta muốn thu được gì từ đó.

2. Sắp xếp những kiến thức và hiểu biết của bạn có để có thể sử dụng trong thời gian sắp tới.

3. Đặt ra những câu hỏi hữu ích, thú vị, và hiệu quả mà bạn muốn tìm câu trả lời bằng cách học từ những kinh nghiệm trong cuộc sống.

4. Dự kiến hành động của bạn để những sự kiện trong cuộc sống cho bạn câu trả lời mà bạn tìm kiếm.



Sơ đồ trên là sự đơn giản hóa và có sửa đổi của tôi dựa trên sơ đồ mà Joseph Novak và Bob Gorwin đưa ra căn cứ theo nhu cầu của người học lớn tuổi.

Kỹ năng này cung cấp khung, giúp bạn tư duy sáng tạo về điều mà bạn học từ sự kiện sắp xảy ra. Bạn tìm cách đặt câu hỏi hay hành động để có được những kiến thức hay tri thức bạn cần. Bạn có thể dùng kỹ năng này để học trong buổi hội thảo mà bạn sẽ phải ngồi nghe trong hai tiếng sắp tới, hay từ vai trò như thành viên của ban hội thẩm trong ba tuần tới.

Những thông tin mà một sinh viên trong nhóm của tôi đã ghi lại về hoạt động này là: bộ phim kinh điển *Twelve angry men* (12 người đàn ông nổi giận), một cuốn sách giáo khoa về hệ thống pháp luật Hoa Kỳ mà cô ấy đã học ở trường đại học, một bài báo trên tạp chí về vai trò của hội thẩm đoàn trong phiên tòa đáng chú ý gần đây, một số nguyên tắc mà cô đã học về việc thể hiện vai trò lãnh đạo như thế nào trong một nhóm nhỏ, và cảm nhận của cô về ảnh hưởng của việc này đối với gia đình và nghề nghiệp của cô. Mỗi mẩu kiến thức hay cảm nhận được ghi lại tạo cơ sở thuận lợi cho việc thu lượm nhiều thông

tin hơn từ kinh nghiệm thực tế của một hội thẩm đoàn.

Đó chính là điểm trọng tâm nhắm tới. Khi bạn đã xác định được bạn đã biết gì và cảm nhận được gì (bên trái mô hình chữ V) và quyết định bạn muốn học gì từ sự kiện này, bạn sẽ đặt ra những câu hỏi mà bạn muốn tìm câu trả lời.

Sau khi đã xác định những câu hỏi của riêng bạn, chuyển sang bên phải của hình chữ V và viết ra danh sách những hành động của bạn để lấy thông tin bạn muốn tìm kiếm. Ví dụ, bạn có thể đọc trước một số tài liệu, hay thậm chí là xem lại bộ phim Twelve angry men. Hay bạn có thể theo dõi hành vi của những người khác trong hội thẩm đoàn để xem ai ảnh hưởng lớn nhất đến quyết định của người khác. Hay có thể bạn muốn thảo luận trước với những người khác về kinh nghiệm làm hội thẩm viên của chính họ.

Đôi khi quá trình chuẩn bị sẽ làm bạn nghĩ lại về câu hỏi trọng tâm. Thường thì bạn sẽ nhớ lại một số kinh nghiệm liên quan mà bạn đã quên liệt kê lúc đầu, hay bạn có thể nghĩ ra một số thông tin mới để tìm kiếm trong và sau sự kiện đó. Đặc điểm cơ bản của kỹ năng này là bất cứ trải nghiệm nào mà bạn áp dụng kỹ năng *"Khám phá theo mô hình chữ V" là trải nghiệm mà trong đó bạn chủ động tham gia vào quá trình học tập ở mức cao nhất có thể*.

TRONG QUÁ TRÌNH HỌC

Khi bạn học - dù bạn đọc, nghe, hay thảo luận - bạn cũng không nên thụ động cố gắng tiếp thu các thông tin. Thay vào đó bạn nên chủ động. Bạn nên tự đưa ra những câu hỏi cho bản thân mình, tổ chức những thông tin thu được phù hợp với sở thích, mục tiêu học tập, và nhu cầu của bạn.

Hai kỹ năng tốt nhất làm đầu óc bạn hoạt động khi học tập mà tôi biết là lập bản đồ tư duy và đặt câu hỏi khám phá

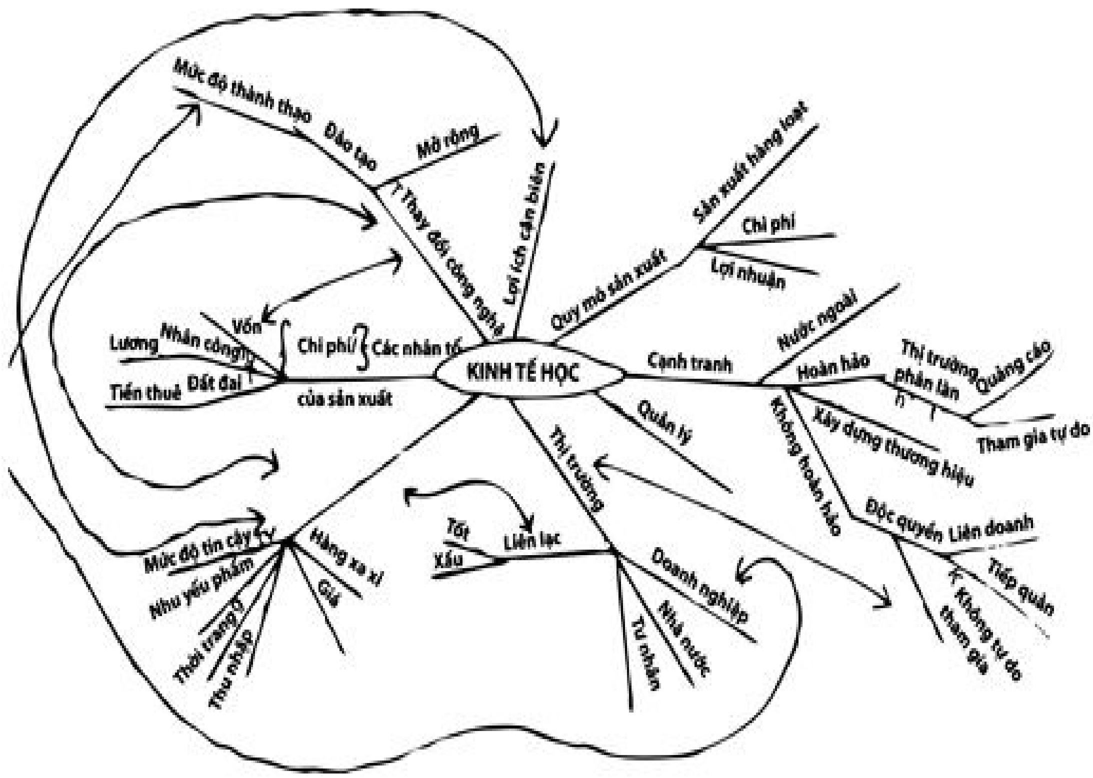
Lập bản đồ tư duy

Lập bản đồ tư duy sẽ đặc biệt lôi cuốn đối với những người có khả năng tư duy hình ảnh cao. Những người này thường cảm thấy như có gì thúc bách mình phải phác thảo các chủ đề theo trật tự tuyến tính, đề tài này nối tiếp đề tài kia. Cũng giống như những người có lối

tư duy tổng hợp, họ thích có một cái nhìn khái quát phức tạp với những nhánh theo nhiều hướng. Tuy nhiên, lập bản đồ tư duy là một kỹ năng khá đơn giản để những người có lối tư duy khác cũng dễ dàng sử dụng, và do đó, đây là phương pháp hay để điều chỉnh cách học của chúng ta theo hướng tổng hợp hình ảnh. Thậm chí nếu sở thích của bạn là ngôn ngữ hay toán học chuyên sâu, bạn cũng có thể thấy rằng lập bản đồ tư duy là một phương pháp hấp dẫn có thể lựa chọn để xem xét các thông tin và ý tưởng.

Lập bản đồ tư duy được Tony Buzan, một giáo viên phương pháp học hàng đầu người Anh, phổ biến rộng rãi lần đầu tiên trong tác phẩm *Use both sides of your brain* (Hãy sử dụng cả hai bán cầu não). Gabriele Rico, trong cuốn sách *Writing the natural way* (Phương pháp viết tự nhiên), đã tiên phong trong việc sử dụng kỹ năng này để làm nghiệp viết dễ dàng và thú vị hơn; bà gọi đó là tổng hợp lại. Ý tưởng này đã được Charle Hess và Carol Colman, Anne Robinson, và Dubley Lynch ứng dụng, cho ra đời những ý tưởng, giải pháp trong kinh doanh và công nghiệp. Họ coi những bản đồ tư duy là mạng lưới não bộ. Với một số sửa đổi bổ sung, kỹ năng này đã được nhiều nhà giáo dục gợi ý trong việc dạy thanh niên tại các trường học.

Lập bản đồ tư duy cũng phù hợp đối với việc học nâng cao: một trong những bản đồ tư duy đáng ngạc nhiên nhất trong bộ sưu tập cá nhân của tôi là đã sắp xếp mối liên hệ giữa những nhà tư tưởng lớn trong nền văn minh đương đại. Do Mauric Stein và Larry Miller ở Đại học California tại Santa Cruz tạo ra, tấm bản đồ khổng lồ liên kết các nhân vật như Sigmund Freud, Karl Marx, và Charles Darwin với những nhân vật gần đây như Herbert Marcuse, và Marshall McLuhan. Ví dụ dưới đây là một bản đồ tư duy về các khái niệm trong kinh tế học của Tony Buzan, một sinh viên người Anh.



Thoạt nhìn trông bản đồ này thật rối rắm, các nhánh mũi tên, lẫn lộn với những ghi chú. Nhưng khi xem xét kỹ, bạn sẽ thấy bản đồ này dễ hiểu hơn. Điểm bắt đầu là ở trung tâm của bản đồ, cũng là điểm bạn sẽ bắt đầu với bản đồ tư duy của riêng bạn ngay sau đây. Vòng tròn trung tâm, được ghi chú là điểm bản đồ này bắt đầu.

Từ trung tâm ta thấy một loạt các nhánh được đánh dấu với từng khái niệm riêng và không theo trật tự nhất định nào. Đó là những thuật ngữ đầu tiên mà người sinh viên này nghĩ đến khi nhắc đến kinh tế học. Không có quy định nào buộc danh sách này phải đầy đủ hay chính xác về mặt lý thuyết; suy cho cùng đó chỉ là bản đồ của cá nhân người sinh viên này. Một số ý phụ làm tăng số nhánh cây, một số khác thì không - hơn nữa số lượng và sự phân bố của thông tin phụ thuộc vào người lập bản đồ. Anh ta hoàn toàn có thể xem lại và vẽ thêm các nhánh mới ở bất cứ vị trí nào. Cuối cùng, các mũi tên bao quanh thể hiện mối liên hệ giữa các nhánh khác nhau mà sinh viên này muốn nhấn mạnh.

Một số người sẽ thắc mắc tại sao lập bản đồ tư duy lại có hiệu quả hơn viết đề cương thông thường mà tất cả chúng ta được học ở trường. Có vài lý do cho thấy tại sao kỹ năng này lại hiệu quả hơn và thú vị hơn đối với hầu hết mọi người.

1. Kỹ năng này thường được định hướng theo mô hình, và do đó giúp kích hoạt thêm những khu vực khác của bộ não phục vụ việc học tập của chúng ta.

2. Kỹ năng này không hạn chế những bổ sung sáng tạo tại bất cứ vị trí nào, do đó thúc đẩy chúng ta nghĩ về nhiều hướng hơn chứ không chỉ đơn giản là trước và sau.

3. Kỹ năng này cho phép chúng ta sử dụng màu sắc và mô hình giúp chúng ta ghi nhớ dễ dàng hơn.

4. Kỹ năng này còn cho phép chúng ta thấy được mối liên hệ giữa các vấn đề khác xa nhau của chủ đề (bởi vì tất cả chúng đều nằm trên một trang giấy).

Bài tập dưới đây sẽ hướng dẫn bạn lập ra một bản đồ tư duy.

♦♦♦♦

Lập bản đồ tư duy về vấn đề bạn quan tâm

Phát triển bản đồ tư duy về một ý tưởng, vấn đề, bài toán, hay tình trạng bạn đang quan tâm. Lĩnh vực bạn chú ý đến có thể là một bài toán trong kinh doanh, hay một chủ đề bạn đang học ở trường hay chỉ là vấn đề của riêng bạn.

Để bắt đầu lập bản đồ tư duy, hãy viết từ khóa của vấn đề mà bạn muốn tìm hiểu vào trong một hình oval ở trung tâm của trang giấy có kích thước khoảng 20x27cm hoặc rộng hơn (càng rộng càng tốt). Trong các nhóm học tập theo phương pháp học tập đỉnh cao, các thành viên sẽ làm việc trên những trang giấy có kích cỡ bằng các hình minh họa dùng trong thuyết trình (khoảng 67x85cm). Ban đầu, họ cảm thấy nản lòng khi nhìn thấy kích cỡ của trang giấy, nhưng ngay khi bắt đầu, họ thấy là họ có nhiều ý tưởng đến nỗi khó có thể ghi tất cả lên trang giấy. Hãy viết bằng bút chì vì như vậy bạn có thể dễ dàng tẩy xoá hay thay thế các mục mà bạn tìm thấy từ diễn đạt ý của mình chính xác hơn.

Bây giờ, bắt đầu tạo ra các nhánh tới những hình oval khác để thể hiện các ý nhỏ hơn. (Ban đầu,việc đọc ghi chú của các ý phụ sẽ dễ dàng hơn nếu chúng được ghi trong các hình oval riêng thay vì chỉ

đơn giản ghi trên các nhánh như đã thấy ở ví dụ trước). Thông thường điều này sẽ giúp sắp xếp các ý phụ mà bạn nghĩ ra liên hệ chặt chẽ nhất tới khái niệm trung tâm như là các nhánh trực tiếp của khái niệm này; ý ít quan trọng hơn sau đó phân nhánh từ các ý phụ trên. Tuy nhiên, đừng lo lắng về việc bạn có chắc chắn một ý nào đó có quan trọng hay không - lúc nào bạn cũng có thể tẩy, di chuyển ý đó ra lề, và cho thêm những ý mới và quan trọng hơn vào trong hình oval đó, đồng thời tạo ra các khoảng trống cho hình oval mới mà bạn nghĩ ra sau đó.

Mỗi khi bạn tạo ra một hình oval tương ứng với một ý mà bạn quan tâm, hãy thêm vào các nhánh xung quanh nó để thể hiện các ý có liên quan. Đây có thể là những ví dụ cụ thể, thảm khảo, hoặc những ý suy ra từ ý phụ. Lưu ý rằng trong một số trường hợp bản thân những nhánh này cũng tạo ra những nhánh khác, như ở góc phía dưới bên phải trong ví dụ trên của chúng ta. Ta có thể thấy từ *"cạnh tranh"* dẫn đến *"không hoàn hảo"* tiếp đến *"độc quyền",* từ đó chia ra các nhánh nhỏ hơn là *"liên doanh"* và *"tiếp quản"*.

Như bạn có thể thấy, những quy tắc lập bản đồ tư duy có thể linh động, điểm chính là tạo ra và thể hiện được ý tưởng của bạn theo cách của riêng bạn, phản ánh hình ảnh của riêng bạn về những ý bạn đang phác thảo. Sử dụng bất cứ nguồn hay phương pháp nào thu hút bạn.

Tôi thích dùng bút chì có từ 3 đến 5 màu (hay bút dạ) khi lập một bản đồ tư duy nhóm hay khi tôi muốn chia các nhánh thành các loại khác nhau. Ví dụ, tôi có thể sử dụng một màu cho tất cả những tác giả đã viết về đề tài của tôi, một màu khác cho các ý phụ rút ra từ kinh nghiệm bản thân, và màu thứ ba cho các ý liên kết tôi cần nghiên cứu.

Tự do sử dụng các hình ký hiệu giống như những ký hiệu trong phương pháp tốc ký. Bạn có thể sử dụng biểu tượng bộ não để thể hiện tất cả các cách thức mà trong đó các chức năng của não liên quan tới ý tưởng của bạn, hay vẽ hình một cuốn sách cạnh một cái tên để thể hiện nguồn tài liệu tham khảo. Bạn có thể tạo ra những ký hiệu đặc biệt để thể hiện cách cảm nhận của bạn về những ý khác nhau với những từ khóa của riêng bạn. Ví dụ như lợi ích và những ứng dụng hứa hẹn có thể ký hiệu bằng một khuôn mặt cười, một mặt trời đang mọc, một bóng đèn, hoặc ký hiệu đô-la. Các điểm nguy hiểm hay nghi ngờ được thể hiện bằng một dấu hỏi, mũi tên đi xuống, hay ký hiệu

nguy hiểm (một hộp sọ và hai xương chéo).

♦ ♦ ♦ ♦

Đừng ngạc nhiên nếu bản đồ tư duy này dẫn đến một bản đồ khác. Việc này thường xảy ra khi bạn cảm thấy một trong số các oval của mình trở nên rất quan trọng. Từ oval đó rẽ ra nhiều nhánh, nhiều trong số đó là những ý quan trọng tự tạo ra những nhánh riêng cho mình, và mọi việc dường như đã ngoài tầm kiểm soát! Đó là thời điểm bắt đầu một bản đồ khác, với tâm là ý phụ của bản đồ gốc.

Đương nhiên, bạn phải lập một số bản đồ tư duy để có được cảm giác về quá trình trước khi nó đến một cách tự nhiên. Bạn có một sự kiện thú vị để mong đợi. Đỉnh cao sáng tạo của kỹ năng lập bản đồ tư duy, tức là tại điểm thành công nhất, thực tế cho nhiều thông tin hơn điểm bạn bắt đầu! Bạn có thể thấy rằng, khi các ý liên kết đã tràn ra toàn trang giấy, tỏa ra các hướng từ oval ở tâm, bạn có thể đột nhiên nảy ra một ý tưởng nào đó mà bạn chưa từng nghĩ đến trước đó.

Đây chính là thời điểm mà Rico đã khuyên sinh viên của mình bắt đầu viết một đoạn tóm tắt ngắn gọn miêu tả hình ảnh nào vừa diễn ra.

Ở đây, hãy chú ý điều gì đang diễn ra. Chúng ta bắt đầu với một chủ đề - bất cứ vấn đề gì mà chúng ta quyết định sẽ tìm hiểu. Chúng ta đã thu thập được một số thông tin về vấn đề này bằng cách nào đó. Bằng kỹ năng lập bản đồ tư duy hay tổng hợp, mỗi chúng ta tạo ra cho mình một mô hình, một mạng lưới thể hiện cách thức những mảnh vụn kiến thức khác nhau liên quan tới nhau. Sau khi khoảnh khắc đó đến, chúng ta quay trở lại với lối tư duy ngôn ngữ thông thường và viết một đoạn tóm tắt thể hiện cái nhìn mới.

Chúng ta đã chủ động sử dụng nhiều hơn khả năng của bộ não để tạo ra mối liên hệ giúp chúng ta học tập. Bằng cách nào?

Bây giờ chúng ta đã có thể tiếp cận thông tin mới theo một số hướng. Ta có thể sử dụng hình ảnh của bản đồ, và bất cứ bản đồ phát sinh nào mà ta tạo ra như tấm bản đồ bằng chữ viết gợi nhớ cho ta về tổng thể miền đất mà chúng ta vừa đi qua. Danh sách các khái niệm được sử dụng trong bản đồ có thể cung cấp cho bạn những từ khóa để định hướng tìm kiếm thêm nguồn tài liệu (mà có thể sử dụng, ví dụ như kiểm tra phụ lục của một cuốn sách).

Mô hình này cũng có thể giúp chúng ta tổ chức dữ liệu theo cách phù hợp hơn đối với một đề cương hay một báo cáo thông thường, giúp cho đoạn tóm tắt của chúng ta phù hợp và chính xác hơn. Nếu bạn muốn viết những gì học được dưới dạng một bài luận, thì một đoạn văn tóm tắt có thể sẽ dễ hiểu cho người khác hơn là một bản đồ tư duy của cá nhân bạn.

Bạn sẽ thấy lập bản đồ tư duy hữu ích khi bạn:

- Chuẩn bị một bài báo hay bài phát biểu, giống như dạng thay thế cho đề cương thông thường;
- Ghi chép trong khi đọc, nghe giảng, học nhóm, tham dự hội thảo, hội họp, hay xem phim tài liệu;
- Thể hiện những kiến thức, ý tưởng, cảm nhận của bạn về vấn đề mới;
- Tóm tắt hoặc gợi lại những gì bạn đã biết về một vấn đề cho đến giờ;
- Tạo ra những ý tưởng mới về những bài toán, tình huống, hay vấn đề mà bạn quan tâm; và:
- Nghĩ ra ứng dụng của khái niệm mới mà bạn
- vừa biết.

Câu hỏi khám phá

Câu hỏi khám phá là những ý tưởng và câu hỏi bạn phát triển trong quá trình học tập trước khi bạn biết nhiều về bất cứ lĩnh vực mới nào. Ý tưởng về câu hỏi khám phá gây tranh cãi với hầu hết mọi người, vì tất cả chúng ta đều học ở trường là trong bất kỳ lĩnh vực nào, chúng ta cần học hỏi trước khi chúng ta có thể nghĩ đến việc đóng góp ý kiến riêng của mình. Ngược lại, bạn có thể và nên bắt đầu với những ý tưởng của riêng bạn ngay từ đầu bởi hai lý do. Trước tiên, những ý tưởng này có thể giúp bạn tìm hiểu vấn đề bằng cách giữ cho bạn luôn chủ động tập trung vào vấn đề bạn đang học.

Lý do đó cũng đã đủ để chúng ta nên có những ý tưởng ngay từ

đầu, nhưng còn một lý do thứ hai thậm chí còn quan trọng hơn là: đôi khi, một trong số những câu hỏi khám phá trước đó về lĩnh vực mới mẻ sẽ chứa đựng cách nhìn mà bạn có thể đánh mất nếu bạn đợi cho đến khi biết nhiều hơn.

Điều này gọi là *hiệu ứng bắt đầu*, khái niệm này đã được Michael Hutchinson định nghĩa trong cuốn *Megabrain* của ông. Hutchinson đã chỉ ra sự tiếp xúc lần đầu tiên của một người đối với lĩnh vực mới sẽ gây ra những thay đổi về hóa học trong não. Ông trích dẫn tần số xuất hiện của "những bông hoa nở muộn", đó là những người có đóng góp đầu tiên cho một lĩnh vực, thậm chí trong khoa học, lĩnh vực mà thông thường là phát hiện quý giá nhất thường xuất hiện trong giai đoạn đầu sự nghiệp của một cá nhân.

Hutchinson viết: "Chịu tác động do mớ rào cản của những sự kiện, những kích thích, bộ não buộc phải phát triển, tạo ra các liên kết không rõ ràng, thúc đẩy các chuỗi phản ứng hóa học mới, giữ độ mềm dẻo, nhìn thế giới với con mắt trẻ trung". Sự mới mẻ, trẻ trung đó nằm ở nguồn gốc của nhận thức, điều đó không thể đến với ai đã đắm mình trong cùng một lĩnh vực trong suốt 20 năm.

Một phương pháp sử dụng câu hỏi khám phá để học có hiệu quả hơn là chủ động tập trung vào tài liệu học tập. Não của bạn xử lý nhanh hơn tốc độ đọc của bạn - và nhanh hơn rất nhiều so với tốc độ nói của bất cứ giảng viên nào. Bộ não luôn thích được bận rộn. Do đó, sau khi lĩnh hội được vấn đề đang được truyền tải, bộ não nhìn quanh để tìm việc khác nữa mà làm. Kết quả là dẫn đến sự mất tập trung. Dần dần, bạn có thể nổi cáu bởi sự chênh lệch giữa tốc độ tiếp thu của bạn và tốc độ thông tin được truyền đạt, sự khác biệt đó đã làm bạn không biết mình đang đọc gì hay nghe gì.

Phương thuốc hữu hiệu là buộc bộ não của bạn làm việc một cách hữu ích. Hãy cho bộ não cái gì đó để nghiền ngẫm giúp bạn giữ tập trung, để kích hoạt những phản ứng sáng tạo của riêng bạn, hay nhảy vọt lên phía trước. Tôi gọi những bước nhảy đó là câu hỏi khám phá.

Xem xét việc đặt các câu hỏi khám phá bất cứ khi nào bạn cảm thấy những lý lẽ đưa ra hơi quá chậm đối với bạn. Hãy bắt đầu không chỉ đơn giản là việc ghi chép lại những gì bạn đang được truyền đạt hay đọc; thay vào đó, hãy bắt đầu ghi lại cả những gì xảy ra tiếp đó. Đoán xem người nói hay người viết muốn đưa ta đến cái gì. Tôi gọi

những ghi chép này là tiền ghi chú - những ghi chép được thực hiện trước khi bạn tiếp xúc với tài liệu.

Sau đó, khi bạn đã đọc hết văn bản, cân nhắc xem bạn cần phải sửa đổi giả định của mình như thế nào dưới "ánh sáng" của những gì bạn đang đọc. Thực tế, bạn đã trở thành người đồng sáng tạo với tác giả. Bạn tiếp thu những điều tác giả nói đồng thời tìm hiểu những ý kiến, những lời giải thích của riêng mình. Kết quả dẫn đến một cuộc đối thoại, thảo luận chủ động, hấp dẫn, thú vị, thoải mái hơn nhiều so với việc tiếp thu thụ động các thông tin được đưa ra.

Câu hỏi khám phá là một công cụ học tập hữu hiệu đến mức các tác giả thường sử dụng kỹ năng này khi viết. Một tác giả thường đặt ra các giả định ban đầu, thể hiện dưới dạng một giả thuyết, rồi kiểm chứng xem giả thuyết này đứng vững đến mức độ nào.

Vì vậy, Perkin đã mở đầu một chương bằng giả định đơn giản: "Chắc hẳn phải có gì đặc biệt trong quá trình tư duy để dẫn đến khám phá". Ông giải thích tại sao đây là giả định đáng để tìm hiểu: "Những tác động đặc biệt như khoảnh khắc khám phá hẳn phải liên quan tới những phương pháp đặc biệt".

Phần sau của chương này, Perkins cho thấy khám phá sáng tạo có thể được giải thích đầy đủ bằng các quá trình tư duy khá bình thường như phương pháp nhớ và nhận biết. Ở đoạn cuối của chương, ông đã xem xét lại giả định ban đầu của ông. Ông nhận ra rằng, nếu có điều gì đó đặc biệt trong quá trình tư duy dẫn đến khám phá, thì đó không phải là các hoạt động khác thường, giấu kín của các phương thức đặc biệt hay vô thức trong chức năng bộ não như chúng ta thường nghĩ. Sau đó ông đưa ra giả định sửa đổi:

Giả định sửa đổi: Khám phá không phụ thuộc vào các quá trình đặc biệt mà phụ thuộc vào các mục đích đặc biệt. Sự sáng tạo xuất hiện khi quá trình tư duy thông thường của một cá nhân có năng lực được đưa dẫn bằng các mục đích sáng tạo hoặc "vô lý" một cách hợp lý.

Câu hỏi khám phá cũng có thể được phát triển dựa trên những kiến thức hoặc nhận thức từ trước của bạn về vấn đề bạn đang nghiên cứu. Khi bạn thể hiện những kiến thức này qua bản đồ tư duy hoặc mô hình chữ V, bạn có thể thấy nhiều cách thành lập hoặc tái lập câu

hỏi trọng tâm. Bạn có thể sử dụng câu hỏi khám phá để kiểm tra những câu hỏi này trong quá trình nghiên cứu. Bài tập dưới đây sẽ phát triển câu hỏi khám phá của riêng bạn.

♦ ♦ ♦ ♦

Phát triển câu hỏi khám phá

Bài tập này gồm hai phần. Phần đầu, bạn đọc kỹ đoạn văn ví dụ và giải thích bạn sử dụng những bước nào để dẫn dắt câu hỏi khám phá đến mục tiêu tác giả muốn hướng tới. Phần thứ hai, bạn xem lại một số hướng dẫn bạn có thể sử dụng trong đoạn văn bạn tự chọn.

PHẦN 1

Đoạn ví dụ dưới đây được trích từ chương *Role playing* (Nhập vai) trong cuốn *Six thinking hats* (Sáu chiếc mũ tư duy) của Edward de Bono. Chúng ta sẽ trở lại với cuốn sách này vào chương sau. Đọc hai đoạn văn dưới đây:

Người ta sẽ không ngại hành động một cách ngớ ngẩn chỉ trong trường hợp họ đang diễn kịch. Thậm chí, họ còn tự hào khi thể hiện tốt điều đó, thậm chí khi đóng vai một thằng hề ngớ ngẩn. Điều đó bây giờ trở thành thước đo của thành công và mức độ xuất sắc. Khi diễn xuất, lúc đó, cái "tôi" cá nhân là người chỉ đạo diễn xuất.

Một trong những vấn đề đối với Thiền Tông, một phái của Phật Giáo, đó là càng cố gắng để quên đi cái "tôi" cá nhân thì sự hiện diện của nó lại càng rõ ràng hơn. Một kiểu diễn viên quên đi cái "tôi" của mình và đón nhận cái “tôi” của nhân vật (phương pháp diễn xuất). Một kiểu diễn viên khác tự chỉ đạo diễn xuất của mình. Cả hai nhóm đều là những diễn viên tốt. Cả hai đều đang cho cái “tôi” của mình "đi nghỉ". Một bên thì đi nghỉ ở nước ngoài, một bên thì nghỉ ở trong nước.

Bây giờ hãy mở sang một trang mới trong cuốn nhật ký học tập của bạn và đặt câu hỏi khám phá. Những câu hỏi đầu tiên của bạn có thể là: "Tác giả này đang nói về vấn đề gì?". Có phải là về một tên ngốc? Về những vấn đề của Thiền Tông? Về các kiểu diễn xuất? hay về vai trò của cái "tôi"?

Khi bạn cảm thấy mình đã có câu trả lời đúng, hãy đoán thử xem nó sẽ dẫn đến đâu. Nó liên quan như thế nào tới các kiểu tư duy, mà dường như là chủ đề của cuốn sách? Dưới đây là một số khả năng, nhưng trước hết hãy dành ra vài phút để nghĩ câu trả lời của riêng bạn.

- Ông sẽ chứng minh rằng cái "tôi" có liên quan đến cách tư duy.
- Ông muốn chỉ ra rằng có nhiều cách phát triển cái "tôi" trong diễn xuất.
- Ông đang cố gắng thuyết phục chúng ta rằng nhập vai là một quá trình, trong đó chúng ta đánh giá diễn xuất của mình theo một cách khác hơn là việc chúng ta cảm thấy chính mình đang bị đánh giá.

Bây giờ thì gấp cuốn sách lại và nghĩ đến câu hỏi khám phá và câu trả lời của cá nhân bạn. Khi đã sẵn sàng, quay trở lại phần này và đọc hai đoạn văn tiếp theo.

Đóng vai một người khác cho phép cái "tôi" được vượt ra khỏi hình ảnh bó hẹp hàng ngày. Diễn viên thường khá nhút nhát trong cuộc sống đời thường. Nhưng vai diễn đã cho họ sự tự tin. Chúng ta cảm thấy khó khăn khi thấy chính bản thân mình ngốc nghếch, tội lỗi, hay tinh ranh hơn. Với một vai diễn được xác định rõ ràng, chúng ta có thể vui vẻ diễn với kỹ năng diễn xuất của mình thay vì làm hỏng cái "tôi". Có danh tiếng, bạn sẽ được xem là một diễn viên tài năng.

Không có vỏ bọc của một vai diễn chính thức, cái "tôi" có thể gặp nguy hiểm. Đó là lý do tại sao những người bình thường lại đòi đóng vai những người thích chống đối khi họ muốn phủ nhận. Điều đó ngụ ý rằng bình thường họ không tiêu cực, nhưng sẽ tốt hơn nếu có ai đóng vai này, và rằng họ có xu hướng diễn vai này rất tốt…

Câu hỏi khám phá của bạn phù hợp với phần tiếp theo này đến mức nào? Rõ ràng là de Bono đang nói nhiều hơn là chỉ đơn giản "cái 'tôi' liên quan đến tư duy." Đoạn văn trên đã giải thích thêm tại sao đóng kịch lại là một cách làm cho cái tôi cảm thấy an toàn. Thay vì cảm thấy có lỗi khi liên tục chỉ ra điều gì đó không đúng, người có suy nghĩ tiêu cực có thể cảm thấy tự hào vì đóng vai người thích chống đối bởi vì một người nào đó phải nhiệt tình và lạc quan lắm thì mới

đoán trước được những lỗi khinh xuất.

Bây giờ bạn xem lại câu hỏi khám phá của mình. Bạn vẫn đang cố gắng hiểu mối quan hệ giữa nhập vai và cách chúng ta tư duy. Viết một số dự đoán vào nhật ký học tập của bạn. Dưới đây là một số khả năng.

- Có thể de Bono muốn chúng ta tin rằng diễn viên là những người tư duy giỏi nhất.
- Có lẽ ông sẽ nói với chúng ta rằng nhìn vào góc tối của bất cứ ý tưởng nào là một việc xấu, bởi vì những người thường nhìn vào góc tối chỉ coi vai diễn tiêu cực làm cái cớ để bào chữa cho mình.
- Có lẽ đây là một kiểu nhập vai giống như trong bài tập ở Chương 3 về "Khơi dậy người học viên tiềm ẩn bên trong bạn" (Sử dụng kỹ năng Khám phá theo mô hình chữ V có thể giúp bạn nhớ lại bài tập này và kinh nghiệm có liên quan).

Bạn đã xem lại câu hỏi khám phá của mình, bây giờ hãy đọc một số đoạn cuối trong tác phẩm của de Bono.

Nhập vai một nhà tư tưởng theo nghĩa chung nhất là bước quan trọng để tiến tới trở thành một nhà tư tưởng. Nhưng chúng ta không chỉ dừng lại ở đó bằng cách cắt nhỏ những vai diễn thành những phần tính cách cụ thể hơn. Những phần này sẽ trở thành những mảnh nhân vật trong một vở kịch câm, một vở opera trên truyền hình, hoặc là một bộ phim truyền thống của phương Tây...

Chiếc mũ tư duy khái quát được chia nhỏ thành sáu vai mang đặc điểm khác nhau, thể hiện bằng sáu chiếc mũ tư duy màu sắc khác nhau.

Bạn chọn bất cứ chiếc mũ nào và đội nó vào bất kỳ lúc nào. Bạn đội chiếc mũ nào thì sẽ đóng vai chiếc mũ đó quy định. Bạn xem chính bạn thể hiện vai đó. Bạn nhập vai đạt nhất mà bạn có thể. Cái tôi của bạn cũng được bảo vệ bằng vai diễn. Cái tôi của bạn được tham gia vào việc đóng vai...

Tư duy bây giờ bắt nguồn từ vai diễn chứ không phải từ cái tôi của bạn...

Bạn đã làm thế nào? Đây không phải là câu hỏi liệu những dự đoán của bạn về hướng đi của tác giả có đúng không - câu hỏi như vậy sẽ biến bài tập này thành một bài kiểm tra. Câu hỏi của tôi là liệu bạn có thu được nhiều từ tài liệu này khi tham gia tích cực vào vấn đề được đưa ra và chú ý rằng không chỉ những điều bạn đọc mà cả những điều trong các đoạn văn này bạn cảm thấy mới có thể bám theo. Tôi chắc rằng việc sử dụng câu hỏi khám phá sẽ làm phong phú kiến thức của chúng ta.

PHẦN 2

Trong phần hai của bài tập này, hãy tự chọn một đoạn văn cho mình, có thể là một bài xã luận trên báo hôm nay hay một cuốn sách bạn chuẩn bị đọc. Tiến hành tất cả các công việc ghi chú và tự xây dựng mô hình chữ V bạn cần trước khi đọc một đoạn mở đầu ngắn gọn của bài văn. Bây giờ thì dừng lại, lấy nhật ký học tập và bắt đầu nghĩ ra một số câu hỏi khám phá giống phần trên.

- Mục đích của phần thứ nhất này là gì? Tác giả đang muốn nói điều gì?

- Kiến thức hoặc kinh nghiệm của bạn về vấn đề này cho bạn suy đoán gì về điều mà tác giả muốn hướng tới?

- Tác giả có đưa ra quan điểm về một số vấn đề hay không? Nếu có, chứng cứ hay lập luận nào tác giả sẽ đưa ra để chứng minh? Nếu chưa đưa ra một quan điểm rõ ràng nào, bạn nghĩ điều tác giả chuẩn bị đưa ra là gì? Và như thế nào?

- Bạn muốn tác giả sẽ đưa ra thông tin gì liên quan đến chủ đề đang bàn trong phần tiếp theo? (Ai, cái gì, ở đâu, hay khi nào một việc gì đó sẽ xảy ra? Như thế nào hoặc tại sao tình huống đó lại trở nên như vậy?). Có thể mong đợi kết quả gì với vấn đề này?

Như bạn có thể thấy, mỗi mẫu câu hỏi khám phá chung này có thể tạo ra nhiều thông tin hơn, và tất cả đều chính xác đối với bất kỳ điều gì bạn đang đọc hoặc đang nghe. Thậm chí xem xét phần nhỏ câu hỏi khám phá bạn đưa ra cũng có thể giúp não bạn thoải mái khi chờ đợi những mẩu thông tin tiếp theo.

♦ ♦ ♦ ♦

Phần này gồm hai công cụ của phương pháp học tập đỉnh cao để chủ động tham gia vào vấn đề bạn đang tìm hiểu trong quá trình bạn tìm hiểu vấn đề này. Bản đồ tư duy giúp bạn xây dựng bức tranh về các mối quan hệ mà bạn thấy trong tài liệu trong khi câu hỏi dự đoán cho phép bạn dự đoán việc học tập của bạn sẽ đi đến đâu và sửa chữa nhận thức của bạn trong quá trình học tập. Bây giờ đã đến lúc chuyển sang những kỹ năng giúp bạn nhớ được những điều bạn đã học.

SAU KHI HỌC

Cho dù mục tiêu học tập của bạn có rõ ràng đến đâu, kế hoạch học tập của bạn phù hợp với phương pháp học của bạn như thế nào, và bạn ghi chép cũng như sắp xếp chúng cẩn thận ra sao thì sớm hay muộn tất cả chúng ta cũng phải nhớ một vài điều chúng ta từng học để sử dụng hiệu quả. Chúng ta có thể làm gì để tăng cường khả năng lưu giữ những điều mà chúng ta đang học hoặc vừa mới học?

Cải thiện trí nhớ

Tất cả chúng ta có khuynh hướng cảm thấy khó khăn khi ghi nhớ. Những ngày còn ngồi trên ghế nhà trường, hầu hết chúng ta đều phải nhớ những thứ tẻ nhạt, rời rạc, không quen thuộc như danh sách từ vựng, hay những công thức toán học. Lẽ tự nhiên, chúng ta cảm thấy khó khăn khi nhớ những thứ như vậy. Từ kinh nghiệm đó, chúng tôi khái quát hóa những khó khăn, khó chịu của quá trình ghi nhớ.

Tuy nhiên, điều này hoàn toàn khác với khi bạn đang làm việc với những thông tin bạn biết mình cần và những ý tưởng gây sự chú ý của bạn. Khi bạn sử dụng hướng tiếp cận và kỹ năng của phương pháp học tập đỉnh cao trong quá trình học tập tự định hướng của bạn, ghi nhớ trở nên dễ dàng không ngờ. Học theo phương pháp chủ động, cảm nhận nhiều chiều, phù hợp với mỗi cá nhân, bạn sẽ tiếp thu thông tin mà không cảm thấy căng thẳng. Những kỹ năng và chiến lược dưới đây có thể giúp những điều bạn học dễ nhớ hơn.

Lựa chọn mục tiêu cho bản thân bạn. Điều này bảo đảm rằng bạn biết tại sao bạn học và sử dụng ngay. Cái bạn đang học không phải là một đống những điều xa lạ mà bạn đang cố gắng nhồi nhét vào đầu. Sự quan tâm sâu sắc của bạn, tự nó, sẽ giúp bạn ghi nhớ dễ dàng hơn. Sự hiểu biết sâu của bạn về vấn đề sẽ củng cố hơn nữa khả năng ghi nhớ của bạn, và việc sử dụng ngay lập tức những kiến thức mới sẽ

làm kiến thức đó không trôi mất.

Sử dụng kỹ năng để "kích hoạt" trí não của bạn. Điều này giúp làm sinh động những gì bạn đang học, biến nó dễ nhớ hơn và mang tính cá nhân hơn đối với bạn. Bạn đặt câu hỏi, trả lời một cách sáng tạo, và xử lý thông tin theo những cách khác nhau. Khi thực hiện điều này, bạn đang tự động lưu lại những thông tin theo hình thức đơn giản hơn, phong phú hơn, tự kết nối thông tin đó với những dữ liệu khác.

Ba phương pháp và kỹ năng khác của phương pháp học tập đỉnh cao đã nói ở trên cũng củng cố trí nhớ của bạn.

Học tập trong trạng thái sảng khoái. Như bạn đã thấy ở Chương 3, trạng thái học tập sảng khoái tránh bất kỳ sự cản trở hay lo lắng nào, do đó hãy mở rộng trí óc của bạn để đón nhận dữ liệu và tri thức, điều đó sẽ thúc đẩy khả năng ghi nhớ tối đa.

Đánh thức lòng nhiệt thành và tận tâm của bạn. Điều này sẽ khơi dậy những cảm xúc, tình cảm hỗ trợ cho việc học tập, vì vậy tài liệu mang lại nhiều hiệu quả hơn.

Sử dụng phương pháp hiệu quả nhất của bạn. Điều này cho phép bạn tiếp cận việc học tập theo cách thoải mái và hiệu quả nhất đối với cá nhân bạn.

Kết quả của tất cả biện pháp này là cần ít nỗ lực hơn trong học tập, và học tập trở nên dễ dàng hơn. Thái độ và kỹ năng đúng sẽ mang lại sự thoải mái trong học tập. Theo nghĩa rộng, phương pháp học dễ dàng hơn là việc thay đổi quan điểm hạn chế của bản thân và tiếp thu những kỹ năng hiệu quả hơn".

Tất nhiên, có một số trường hợp đặc biệt chúng ta cần tin tưởng vào chính trí nhớ của mình. Có thể bạn muốn nhớ tên của một số người bạn được giới thiệu tại một bữa tiệc hay một buổi họp mặt, hay bạn cần nhớ một danh mục được đọc liền một mạch trong khi bạn không thể ghi chép nổi. Hay có thể bạn muốn nhớ số thẻ tín dụng, điện thoại đường dài và những dãy số khác mà bạn hay sử dụng. Đây không phải một phần của kế hoạch học tập, và bạn không thể sử dụng hầu hết các chiến lược hay kỹ năng nói đến ở trên.

Liên tưởng. Trước tiên là liên tưởng giữa các dạng khác nhau. Bằng cách liên tưởng, bạn tập trung vào kết hợp những cái tên hay các số vô nghĩa với cái gì đó có nghĩa, nó sẽ giúp gợi lại những cái tên hay dãy số này trong đầu óc bạn.

Tony Buzan, người đã giới thiệu ở phần trước khi đề cập đến kỹ năng lập bản đồ tư duy, đã liệt kê một số nguyên tắc cơ bản để liên kết các dữ kiện dễ dàng hơn. Những nguyên tắc này bao gồm:

- Sử dụng càng nhiều giác quan càng tốt. Tạo ra trong đầu những hình ảnh ba chiều, chuyển động, và nhiều màu sắc, bổ sung thêm âm thanh, giai điệu, cảm nhận bằng xúc giác, và thậm chí là hương thơm để kết hợp với điều bạn muốn nhớ. Viết, nói, vẽ, sờ, nghe - càng nhiều giác quan bạn sử dụng trong quá trình ghi nhớ điều gì, bạn sẽ gọi lại chúng càng rõ ràng hơn.

- Tạo ra một dãy theo thứ tự hình ảnh liên tưởng cho chuỗi những điều bạn cần nhớ. Có thể bạn đơn giản chỉ đếm các mục hay sử dụng một biện pháp vẫn dùng đó là tưởng tượng mỗi mục ở vị trí cụ thể.

- Sử dụng lối cường điệu, những điều ngớ ngẩn, hoặc thậm chí bản năng giới tính làm hình ảnh liên tưởng mang một ấn tượng mà bạn khó có thể quên.

- Đơn giản hóa. Một liên kết quá hóm hỉnh hay phức tạp giữa hình ảnh và điều bạn muốn nhớ sẽ gây ra nhầm lẫn; hãy tạo ra những liên kết trực tiếp.

Ôn lại trí nhớ. Phương pháp thứ hai để có trí nhớ tốt là “ôn lại trí nhớ”, cũng giúp bạn có thể lưu giữ những dữ liệu phức tạp với độ tin cậy cao. Trong thực tế, bạn có thể đảo ngược lại “đường cong lãng quên” và tăng khả năng nhớ lại khi thời gian qua đi. Đường cong thông thường được trình bày ở trên góc phải.

Đường cong này trượt nhanh theo hướng đi xuống: chỉ sau năm phút một lượng lớn những thông tin mới học đã bị mất; sau một giờ là khoảng 2/3; và sau một ngày bạn mất khoảng 90% lượng thông tin mới học.

Nhưng một tin tốt là ta có thể đảo đường cong này theo chiều

ngược lại. Bạn có thể tự rèn luyện mình để nhớ lại được nhiều hơn cùng với dòng chảy của thời gian. Phần lớn những gì bạn đã quên sau 5 phút có thể được gợi lại sau một tiếng, và những thông tin bị mất sau một ngày có thể được khôi phục vào ngày thứ hai. Kết quả là cho ta một đường cong giống như đường cong được trình bày ở góc bên phải phía dưới.

Khả năng ghi nhớ của bạn có thể lên đến đỉnh điểm sau hai ngày, và bạn có thể kết thúc quá trình lưu lại với 90% lượng thông tin bạn muốn nhớ chứ không phải lượng thông tin bạn quên đi.

Người đã phát hiện ra hiện tượng cũng như kỹ năng trên là Giáo sư Matthew Erdelyi ở Đại học New York. Ôn lại trí nhớ là cách có hiệu quả nhất để "ghim chặt" những bài thuyết trình mang tính giải thích được tổ chức tốt, như diễn thuyết, thuyết trình trong hội thảo, hay bài giảng trên lớp. Dưới đây là bài tập giúp bạn học cách sử dụng kỹ năng nhớ này.

♦ ♦ ♦ ♦

Ôn lại trí nhớ

1. Chọn một bài tập. Khi bạn đọc, nghe, nhìn, hay tham gia vào một cuộc họp, cuộc nói chuyện, hãy ghi lại trong đầu (không phải trên giấy) những điểm quan trọng. (Bởi vì kỹ năng này không cần đến ghi chép, đây là phương pháp yêu thích của nhiều nhà quản lý hàng đầu.Họ thường phải nhớ được những thông tin quan trọng trong các cuộc nói chuyện khi dùng bữa trưa hay tại các cuộc gặp mặt xã giao mà ghi chép trở nên bất tiện). Kiểm soát tổng số hiện có bao nhiêu ý bạn cần nhớ.

2. Sau năm phút, bỏ ra hai hoặc ba phút tập trung xem lại các ý chính. Nhẩm lần lượt mỗi ý, nhưng chỉ một lần. Hãy thư giãn và vui vẻ, đừng lo lắng hay căng thẳng nhớ lại bất cứ điều gì bạn đã quên, nhưng "ước đoán" xem có thể bạn đã quên ý nào.

3. Khoảng một giờ sau, tiến hành lần thứ hai, làm chính xác những gì bạn đã làm ở phần trước. Một lần nữa hãy thoải mái và đơn giản chỉ nhẩm lần lượt các ý một lượt. Chú ý mỗi lần như vậy chỉ kéo dài khoảng hai phút và có thể thực hiện ở bất cứ đâu, có thể là trong ôtô trên đường về nhà sau bài giảng, hay trong thời gian quảng cáo

khi xem một bộ phim tài liệu trên ti vi.

4. Sau khoảng ba giờ, thực hiện lần thứ ba.

5. Sáu giờ sau thực hiện lần thứ tư.

6. Thực hiện lần cuối cùng trước khi đi ngủ.

7. Lặp lại quy trình này ba lần vào ngày thứ 2 và thứ 3, trải đều trong cả ngày.

8. Sau đó, bạn có thể nhớ rành mạch những dữ liệu này trong đầu bằng cách nhắc lại ba đến bốn ngày một lần.

Không cần phải nói, quy trình trên có thể được kết hợp với bất cứ thủ thuật ghi nhớ nào đã nói đến ở trên. Bạn có thể liên tưởng những vật bạn cần nhớ với những hình ảnh nhìn thấy, đặc biệt là những hình ảnh độc đáo và sống động.

♦ ♦ ♦ ♦

Quay chậm

Sau khi xem xét lại một số bài học mới, bạn cảm thấy rằng mình đã bỏ qua một số khía cạnh quan trọng của sự kiện đã diễn ra. Bạn nhận ra rằng có những sự kiện, hình ảnh, hay ý tưởng mới bạn nhận thức được nhưng đã không chú ý. Có thể những sự kiện đó xảy ra quá nhanh hoặc bạn còn đang bận tâm đến bài tập trước mắt. Đó không phải là xem lại cái bạn cần mà là bạn đang đề cập đến việc nắm bắt những thông tin quan trọng mà đơn giản bạn không tiếp nhận trong lần đầu tiên tiếp xúc.

Thật may, có cách đơn giản và thú vị để tách những thông tin đó từ bất cứ sự kiện nào sau khi đã xảy ra. Bạn có thể trình chiếu những trải nghiệm của bạn, lấy lại những gì bạn bỏ qua trong lần thứ nhất. Trên thực tế, bạn thường nhận thức và lĩnh hội được nhiều hơn bạn có thể khi sự kiện đó diễn ra. Giống với kỹ năng liên tưởng chúng ta sử dụng ở Chương 3 để khơi dậy người học viên tiềm ẩn bên trong bạn, phương pháp này thực hiện bằng cách gọi lại những hình ảnh trong tiềm thức với tất cả các chi tiết. Bởi vì bạn gọi lại những thước phim, nên đầu tiên bài tập này có vẻ hơi phức tạp. Hầu hết chúng ta

có khuynh hướng ghi nhớ các từ. Nhưng chỉ với một chút tập luyện, bạn sẽ thấy kỹ năng này trở nên đơn giản hơn và đáng để luyện tập.

Lợi ích của kỹ năng quay chậm cũng tương tự như lợi ích của việc quay chậm lại một trận đấu bóng trên truyền hình. Bạn có thể xem điều gì đã xảy ra ở một góc độ khác mà không quan sát được vào lúc nó xảy ra. Bạn cũng có thể phân tích sự việc đó để hiểu được cấu trúc và quá trình, giống như các nhà bình luận trên truyền hình vẫn làm bằng cách nhấn mạnh những khác biệt nhỏ mà bạn không nhìn thấy được khi theo dõi hành động. Vấn đề cơ bản ở đây là gợi ra được thước phim về việc đã xảy ra càng rõ ràng càng tốt.

Bài tập dưới sẽ hướng dẫn bạn cách học kỹ năng quay chậm.

♦♦♦♦

Quay chậm

Chọn việc xảy ra gần đây, sự kiện mà bạn cảm thấy là chưa thấy hết được ý nghĩa của nó, ưu tiên những sự kiện xảy ra trong vòng 48 giờ trở lại đây. Đó có thể là cơ hội gặp gỡ với một người, xem một bộ phim, hoặc chương trình truyền hình, hay chỉ đơn giản là khoảnh khắc quan sát khung cảnh hay một hình ảnh.

Nhắm mắt lại và miêu tả to cho người khác hay chiếc máy ghi âm theo hướng dẫn dưới đây.

1. Bắt đầu với những chi tiết cảm nhận được và cảm giác của bạn - điều bạn nhìn thấy, nghe thấy, sờ thấy, hay cảm nhận được. Sử dụng thời hiện tại trong cả bài tập. (Tôi đang dùng bữa trưa với nhóm tiếp thị trong quán ăn tự phục vụ của công ty).

2. Miêu tả chi tiết tất cả mọi thứ để người nghe có thể gần như nhìn thấy, nghe thấy, và cảm thấy như bạn. (Bill đang mặc một chiếc áo sơ mi kẻ, và đã nới lỏng cà vạt. Chiếc áo cánh của Janet màu vàng. Frank đang nghịch chiếc bút. Tôi thấy ánh nắng mặt trời chói chang chiếu thẳng xuống mặt bàn bên cạnh). Hãy thực sự nỗ lực tìm lại nguyên bản của sự việc. Dành thời gian cho việc này từ ba đến năm phút.

3. Sau khi nỗ lực hết sức để gợi lại cảnh tượng và tình huống, cố

gắng đến gần hơn nữa. Tự hỏi mình về những chi tiết thoáng qua. (Liếc nhìn Frank, tôi thấy ngón tay của anh xiết chặt chiếc bút. Có vấn đề gì xảy ra chăng?) Cố gắng kết nối những chi tiết mới với những chi tiết có sẵn trong trí nhớ của bạn theo một số cách. Thông thường, một vài cái nhìn mới về ý nghĩa của sự việc sẽ tự nó thể hiện. (Bill cười sự lựa chọn màu sắc trong buổi giới thiệu sản phẩm mới của Janet. Có thể Frank đồng ý với Janet, nhưng việc có Bill làm anh ta bực).

4. Tiếp tục ít nhất mười phút hay kéo dài đến nửa tiếng nếu bạn thích.

5. Nghe lại băng thu và viết nhanh bất cứ ghi chú nào bạn có về cách nhận thức mới hay cách nhìn mới.

♦ ♦ ♦ ♦

Khi bạn đã nắm vững kỹ năng quay chậm, bạn có thể bổ sung thêm một khía cạnh khác vào kỹ năng này, được gọi là *ti vi giả định*, và đây là phát minh tưởng tượng của Douglas Hofstadter. Giả định có chiếc ti vi trong tưởng tượng mà bạn có thể chọn những khả năng khác nhau - những việc có thể đã xảy ra. Dưới đây là cách bạn có thể sử dụng kỹ năng này.

1. Chọn sự kiện gần đây bạn muốn diễn ra khác đi. Thực hiện các bước giống như trong kỹ năng quay chậm: nhắm mắt, bắt đầu với những chi tiết cảm nhận được, dùng thời hiện tại, làm cho tình huống sinh động và thực tế đối với người nghe.

2. Bây giờ tưởng tượng bạn với tay và chuyển kênh sang cách tường thuật mới với cùng một sự kiện.

3. Bây giờ thực hiện cụ thể những gì diễn ra vì bạn đặt mình vào tình huống thực tế đã xảy ra.

4. Cuối cùng hãy cảm nhận cảm giác của sự việc diễn ra.

Chương này bàn về một số công cụ cơ bản của phương pháp học tập đỉnh cao bạn sử dụng giúp cho việc học theo phương thức tự định hướng của mình hiệu quả hơn, bao gồm các kỹ năng bạn sử dụng trước khi bắt đầu kế hoạch học tập, ví dụ như kỹ năng đọc lấy thông

tin, và kỹ năng Khám phá theo mô hình chữ V, để đảm bảo rằng bạn thu được nhiều kiến thức nhất với khoảng thời gian bạn đã bỏ ra. Ngoài ra còn có các kỹ năng bạn có thể sử dụng trong quá trình học, ví dụ như lập bản đồ tư duy và câu hỏi khám phá. Những kỹ năng này giúp bạn chủ động tham gia vào quá trình học tập và biến chính quá trình đó trở thành hoạt động sáng tạo thú vị. Cuối cùng, tôi đã đề cập đến một vài kỹ năng bạn sử dụng sau khi học để ghi nhớ những thông tin mà bạn muốn.

7. PHÁT TRIỂN ÓC PHÂN TÍCH VÀ TƯ DUY SÁNG TẠO

Trong chương này, bạn sẽ học cách sử dụng toàn bộ khả năng bộ não phục vụ việc học tập. Sử dụng những kỹ năng này cũng đơn giản như biết cách dùng đúng các cụm từ như:

"Tôi có một linh cảm về chủ đề này...".

"Tôi có thể tưởng tượng nó hoạt động theo cách này nếu...".

"Điều này nhắc tôi nhớ lại lúc tôi...".

"Tôi vẫn còn trăn trở vì câu hỏi về...".

"Khi xem xét toàn bộ, tôi nghĩ điểm cốt yếu ở đây là... ".

Những kỹ năng dưới đây sẽ chỉ cho bạn làm sao để thực hiện được điều đó. Bạn sẽ khám phá cách tư duy về kinh nghiệm học tập giúp bạn tập trung năng lực của bộ não để việc học tập của bạn hiệu quả hơn bình thường. Với những chiến lược này, bạn sẽ:

- Quản lý tốt hơn vấn đề bạn đang tìm hiểu, bằng cách đánh giá việc học tập của bạn dựa trên kết quả.
- Đặt những câu hỏi sâu sắc và sáng suốt xuất phát từ kinh nghiệm bản thân.
- Khơi dậy dòng ý tưởng sáng tạo nhờ biện pháp tư duy dựa trên khái niệm như các liên kết về hình thái học.
- Sắp xếp toàn bộ các khả năng của não bộ của bạn, bao gồm tưởng tượng, trực giác, và cảm giác theo phương pháp kết hợp.

BẬC THANG CỦA QUÁ TRÌNH HỌC TẬP

Như đã thấy ở phần trước, học tập mang ý nghĩa khác nhau với mỗi người khác nhau - thậm chí giữa những giáo viên và chuyên gia

giáo dục. Sự khác nhau này đã tạo ra những cuộc tranh luận sôi nổi về việc các trường phổ thông và trường đại học nên làm gì. Một số người cảm thấy rằng nên tập trung vào các vấn đề cơ bản; những người khác muốn tập trung đào tạo đại cương và kỹ năng sống; còn một số khác lại quan tâm đến khả năng nhận thức hoặc phân tích. Cuộc tranh luận này diễn ra từ khắp các cuộc họp của ban giám hiệu nhà trường tại địa phương cho đến các cuộc vận động của người đứng đầu Nhà nước.

Thật may, đối với việc học tập của cá nhân khi đã trưởng thành, chúng ta không phải lựa chọn, và cũng không nên lựa chọn! Tất cả các phương pháp học tập đều rất quan trọng đối với chúng ta ở các thời điểm khác nhau và trong những tình huống khác nhau. Hơn nữa, nhận biết cách tư duy khác nhau sẽ giúp bạn mở rộng khả năng của bạn trong bất kỳ tình huống học tập nào.

Theo Giáo sư Benjamin Bloom ở Đại học Chicago và các cộng sự của ông, có sáu kết quả học tập chính. Nguyên tắc phân loại của họ được chấp nhận rộng rãi là cách tốt nhất để đánh giá kết quả học tập.

1. *Nhớ lại:* Nhớ các mẩu thông tin, thuật ngữ, kỹ năng, cách sử dụng,...

2. *Lĩnh hội:* Hiểu điều bạn đọc hay nghe, để bạn có thể tóm tắt hay giải thích điều đó.

3. *Ứng dụng:* Sử dụng điều bạn vừa học được trong tình huống cụ thể.

4. *Phân tích:* Chia vấn đề thành các phần nhỏ hơn để bạn có thể thấy được mức độ thống nhất của các phần, và phát hiện ra các sơ hở logic - điểm mà bạn có thể có cần thêm thông tin để hiểu vấn đề tốt hơn.

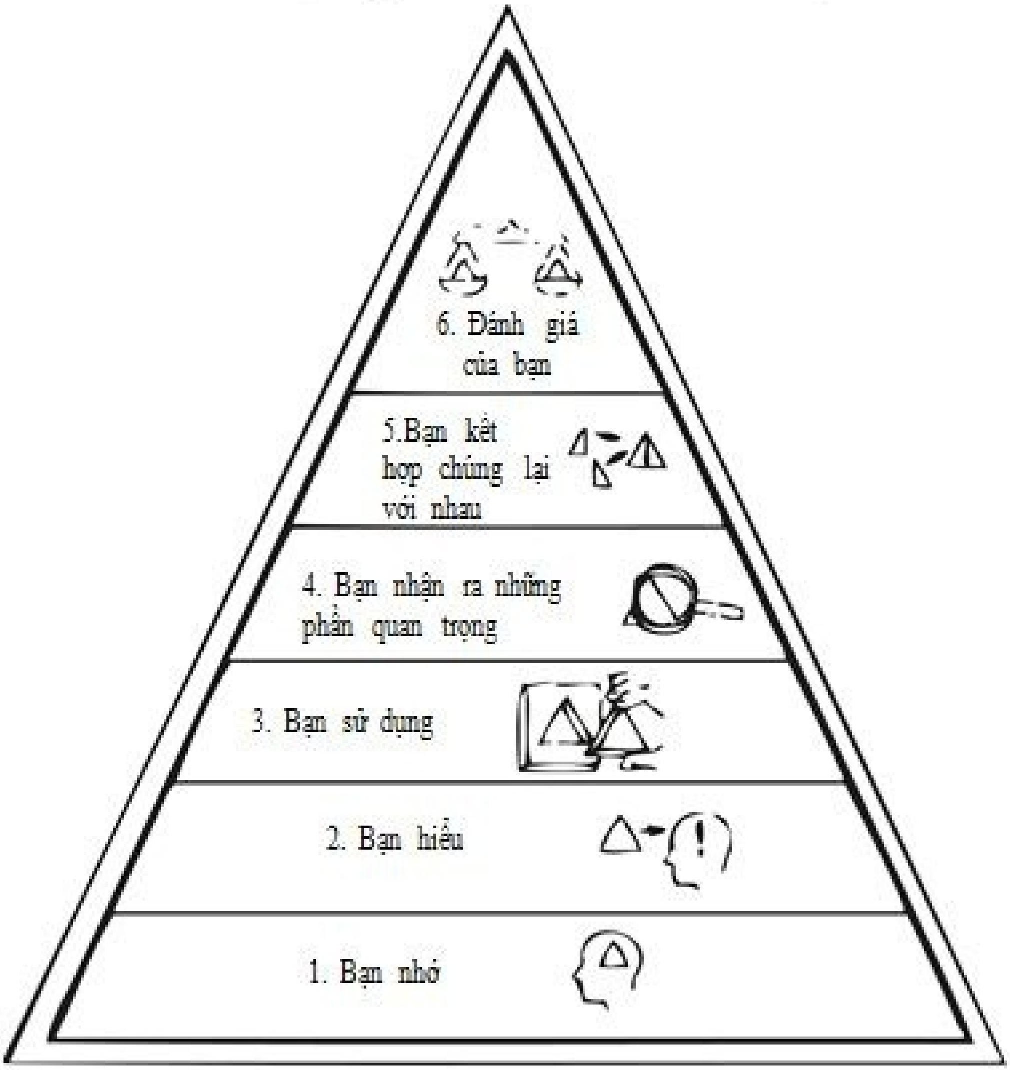
5. *Tổng hợp:* Ghép các phần lại theo cách riêng mới, trong đó các thông tin được kết hợp từ nhiều nguồn khác nhau, và tạo ra những quan điểm, ý tưởng mới về vấn đề.

6. *Đánh giá:* Nhận xét giá trị của tài liệu với mục đích đặt ra.

Tôi muốn quay danh sách này ngược lại và coi đó như là những

nấc thang thể hiện kết quả học tập theo độ phức tạp tăng dần.

Tất nhiên, các bậc này được liệt kê theo trật tự tương đối đúng của độ phức tạp. Bạn phải nắm được một số dữ kiện trước khi bạn có thể hiểu một vấn đề, và thường phải hiểu được trước khi ứng dụng. Hệ thống thứ bậc này khá toàn diện; hầu hết các kết quả nhận thức của quá trình học tập đều thuộc một trong sáu loại này. Do đó, điều này thực sự hữu ích trong việc xác định bạn thực sự muốn có được gì từ vấn đề đang tìm hiểu.



Ví dụ, mọi người đều nhất trí một quan điểm là khi ta tìm hiểu bất cứ lĩnh vực gì, cách học tốt nhất là dạy cái mình vừa học cho người khác. Nguyên tắc này áp dụng đối với mọi hình thức học tập, từ học để trở thành một đầu bếp giỏi đến học để nắm vững các phép vi phân. Khi chuyển từ học sang dạy, bạn cũng phải tiến thêm một bậc thang nữa. Bạn chuyển từ ghi nhớ và lĩnh hội sang ứng dụng. Hơn nữa, để dạy, thậm chí bạn còn phải lên cao hơn nữa: bạn phải phân

tích, hay chia vấn đề thành các phần, và tổng hợp, hay ghép các phần lại với nhau. Cuối cùng, nếu bạn là người giáo viên tận tâm, bạn không chỉ cần đánh giá những phần nào của tài liệu có ích nhất cho đối tượng bạn dạy, mà cả mức độ truyền đạt thông tin của bạn.

Xem xét ứng dụng hệ thống này vào cách đọc của bạn. Giả sử bạn vừa đọc một tài liệu khoa học thường thức và một người bạn hỏi về cuốn sách đó. Bạn sẽ nói gì?

Bạn bắt đầu bằng việc nói rằng bạn có thích cuốn sách đó không và tại sao - hay nói một cách khác là đưa ra nhận xét về cuốn sách, tập trung vào giá trị cuốn sách trong giải thích vấn đề. Sau đó có thể bạn sẽ nói tóm tắt ngắn gọn về thông điệp của tác giả - đó chính là sự tổng hợp của riêng bạn về cuốn sách.

Phản ứng lại một điểm trong lập luận của tác giả sẽ giúp bạn giải thích sự phụ thuộc của kết luận mà bạn hay tác giả đưa ra về một số chứng cứ hay giả định nào đó. Đó là phân tích của bạn về cuốn sách.

Cuối cùng, bạn có thể chỉ nhớ một vài điểm thú vị hay thông tin rõ ràng. Tùy theo mục đích của bạn, đó là toàn bộ những gì bạn cần từ cuốn sách đó.

Phân loại

Ở phía trên của các bậc thang học tập, khi bạn chuyển sang phân tích, tổng hợp, và đánh giá, một kỹ năng quan trọng bạn cần nắm vững, kỹ năng này sẽ giúp tư duy rành mạch hơn về vấn đề. Đó là phân tích. Đây có vẻ như là nhiệm vụ tự nhiên của con người, và với bất cứ ai đã thành công trên con đường lớn tiến tới văn minh! Tất cả chúng ta đều phân loại những thứ đơn giản trong cuộc sống của mình như mua thực phẩm gì, mặc quần áo nào, nhưng đối với học tập, có thể chúng ta coi nhẹ kỹ năng này. Bất kể chúng ta đang học hay chỉ đơn giản đang trải qua một sự kiện, thì ý thức về kỹ năng chúng ta sử dụng và chỉnh sửa chúng bất cứ khi nào chúng ta lựa chọn - là chìa khóa để phân tích vấn đề, tổng hợp nên các quan điểm mới về vấn đề, và xem xét mức độ phù hợp với mục đích của chúng ta.

Chúng ta cần nhớ rằng các kỹ năng không phải là khung cứng nhắc mà là công cụ hữu ích. Những kỹ năng này hướng dẫn chúng ta cách sắp xếp tạm thời một khối lượng thông tin lớn, giống với bản đồ

tư duy trong Chương 6. Một lỗi thường gặp là áp dụng tiêu chí cũ cho tình huống mới mà không xem xét điểm khác biệt trong tình huống mới. Cũng giống như vậy, cần cẩn thận không được cho rằng những tiêu chí tạm thời của chúng ta đã bao trùm toàn bộ các khía cạnh của vấn đề và không bao giờ phải chỉnh sửa.

Dưới đây là ví dụ về cách mà vợ tôi và tôi đã dạy con sử dụng phương pháp phân loại:

Vào mùa thu, khi chúng khoảng 7, 8 tuổi, chúng tôi muốn Peter và Elizabeth để ý sự khác nhau kỳ diệu giữa các lá cây - hình dáng, màu sắc... Nhưng thay vì cố gắng dạy chúng điều đó, hay thậm chí bảo chúng nhìn gần hơn, chúng tôi tiến hành một công cuộc thu thập lá cây, tìm càng nhiều loại lá khác nhau càng tốt. Người nào tìm được một chiếc lá khác những lá đã tìm thấy sẽ ghi điểm.

Sau đó, thay vì yêu cầu chúng nhìn chăm chú vào những chiếc lá để phát hiện ra điểm khác biệt, chúng tôi để chúng tự tạo ra hệ thống phân loại cho mình. Chúng có thể chọn bất cứ tiêu chí nào, miễn là cả hai đều nhất trí mỗi chiếc lá thuộc vào loại nào và xếp tất cả lá vào một số loại. Các nhóm lá này phụ thuộc vào một số nhân tố như kích cỡ, màu sắc, hình dáng, và số đầu nhọn.

Trong quá trình tiến hành phân tích để chia những chiếc lá thành các loại khác nhau, bọn trẻ đã quan sát và so sánh tỉ mỉ. Tất nhiên, đó là nhập môn phân loại học, một phương pháp khoa học cơ bản dẫn đến việc sắp xếp các nguyên tố vào Bảng hệ thống tuần hoàn Mendeleev, và phân loại các loại động, thực vật thành những loài khác nhau.

Tiếp sau đó, chúng tôi muốn bọn trẻ học phương pháp tuyên truyền chúng thấy trong chương trình quảng cáo trên ti vi, chúng tôi trở lại với phương pháp leo bậc thang. Thay vì cố gắng giảng cho chúng về phương pháp này một cách trừu tượng, chúng tôi yêu cầu chúng xác định bất kỳ phương pháp nào được sử dụng trong mỗi quảng cáo, cho nó bất cứ cái tên nào mà chúng thích. Khi bọn trẻ đã có 10 loại hoặc hơn, chúng tôi viết tên các hình thức quảng cáo lên một tấm bìa cứng và dán bên cạnh chiếc ti vi. Một số loại chúng đưa ra là “Người nổi tiếng”, “Sợ mùi khó chịu”, “Chiếc ôtô tốt hơn xe của các bạn mình,” và “Tất cả mọi người đang làm điều đó”.

Sau đó, trò chơi thay đổi. Khi mỗi quảng cáo xuất hiện, vấn đề bây giờ là chỉ ra quảng cáo đó thuộc loại nào, hay sáng tạo ra một loại mới. Trong vòng một tuần, tự bọn trẻ - bằng cách sử dụng những kỹ năng phân tích, tổng hợp, đánh giá - đã sàng lọc ra các loại tuyên truyền của riêng chúng. Bạn có thể tưởng tượng chúng hứng thú hơn như thế nào khi sau xem sách nói về chủ đề này. Chúng hứng thú tìm xem phân loại của các chuyên gia giống phân loại của chúng ở đâu và họ đưa ra một loại khác, hay chỉ là cái tên khác. Không cần phải nói, chúng không thể đưa ra những thuật ngữ như *argumentum ad vercundiam* (nghĩa là "sự cuốn hút của những người có ảnh hưởng"- tương đương với "người nổi tiếng"), *argumentum ad populum* ("mọi người đang làm điều đó"), hay *argumentum ad misericordiam* (lý luận xuất phát từ nỗi sợ hãi hay điểm yếu). Nhưng bạn có thể tưởng tượng chúng vui như thế nào khi biết rằng đây chỉ là những thuật ngữ bằng tiếng La-tinh cho cùng một hình thức quảng cáo mà chúng đã phân loại.

Trò chơi phân loại này có thể áp dụng trong tất cả trường hợp từ chỉ để vui đùa đến nghiêm túc. Điểm quan trọng không phải là cách phân loại của bạn đúng hay không, cũng không phải là việc các chuyên gia có đồng ý hay không. Phân loại là một công cụ phân tích để phục vụ cho mục đích học tập của bạn. Chủ động phân loại kinh nghiệm của bạn là cách để chú ý vào sự việc đang diễn ra, giúp bạn học từ đó.

HỌC TỪ NHỮNG KINH NGHIỆM CỦA BẠN

Bạn có một kho kinh nghiệm phong phú mà bạn học từ đó những điều giúp bạn giải quyết khó khăn ở thực tại. Bằng cách nhìn lại những sự kiện xảy ra trước đó trong cuộc đời bạn, bạn xác định được những bài học từ đó và áp dụng vào hiện tại.

Tất nhiên, bạn đã từng như thế này rồi. Một trong những việc thường xảy ra nhất với chúng ta là bị gợi nhắc về sự kiện nào đó trong quá khứ khi chúng ta đang trải qua sự kiện tương tự ở hiện tại. Chắc hẳn, nhiều người trong chúng ta sẽ nhớ đến một thầy/cô giáo đặc biệt khó chịu ở trường tiểu học mỗi khi chúng ta tình cờ thấy mụ phù thủy xấu xa trong bộ phim kinh điển *Mụ phù thủy xứ Oz*. Chúng ta cũng có thể nhớ đến kinh nghiệm của người bạn ở một cửa hàng khi quyết định có nên mua hàng ở đó không.

Nhà tâm lý học vĩ đại William James đã xác định quá trình nhớ lại một sự kiện có liên quan trong quá khứ là cơ sở của mọi quá trình học tập. Nhà tâm lý học đương đại, Giáo sư Roger Shank ở Đại học Yale, cũng bị cuốn hút vào hiện tượng "gợi nhớ" này giống như nhà tâm lý học James. Ông thu thập các ví dụ từ các đồng nghiệp. Ông hỏi họ xem có trường hợp nào gần đây họ thấy mình lấy bài học từ kinh nghiệm trong quá khứ để áp dụng vào hiện tại.

Shank chỉ ra rằng người này đã tạo ra một danh mục chung cho các sự kiện mà anh ta nghĩ đến trong đầu. Phạm trù này có thể được gọi là "bị lừa phỉnh khi được hứa hẹn cho cái gì miễn phí," hay "những ví dụ về nguyên tắc "tiền nào của nấy", hoặc "những người bán lừa bạn bằng cách chỉ nhắc đến mặt tốt của sản phẩm". Đã lập sẵn hồ sơ trong đầu và gắn kinh nghiệm vào đó, người quan sát đã biến những kinh nghiệm ở vai trò là khách hàng trong quá khứ của anh ta hữu ích ở hiện tại.

Mặc dù, những sự kiện được "gợi nhớ" luôn đến với chúng ta, nhưng chúng ta thường không học có ý thức từ những thông tin đó. Chúng ta thường được gợi nhớ về các tình huống trong quá khứ dựa trên nguyên tắc ngẫu nhiên, và cơ chế truy cập là thuộc về tiềm thức. Đôi khi các sự kiện trong quá khứ có liên hệ rõ ràng, như trong trường hợp trích dẫn ở trên; nhưng thường thì các sự kiện xảy ra trong quá khứ xuất hiện trong đầu chúng ta có vẻ như là không liên quan.

Bài tập dưới dựa trên một số cách mà Giáo sư Shank cho rằng bạn có thể truy cập đến những sự kiện trong quá khứ hiệu quả hơn và có ý thức hơn, sử dụng biện pháp phân tích sự kiện trong quá khứ để giúp bạn hiểu sâu sắc hơn sự kiện ở hiện tại hoặc giải quyết vấn đề.

♦ ♦ ♦ ♦

Sử dụng những sự kiện bạn từng trải qua cho việc học tập ở hiện tại

Xác định tình huống, cơ hội, hay khó khăn trong cuộc sống thực tại bạn cảm thấy hiểu rõ hơn trên cơ sở sự kiện bạn từng trải qua trong quá khứ. Đó có thể là việc đối phó với một người phiền hà, quyết định thay đổi trong nghề nghiệp, hay giải thích tại sao bạn cảm thấy tích cực hay tiêu cực trong một số kiểu tình huống nhất định.

Viết hoặc nói vào một máy ghi âm các ý nghĩ tự phát trong vòng hai đến năm phút về tình huống bạn vừa xác định. Mục đích của bạn là đưa sự kiện đó vào trí óc sống động và trên mọi khía cạnh, thể hiện những suy nghĩ, cảm giác, giả định, dự đoán lên bề nổi. Bạn có thể bắt đầu bằng cách hoàn thành một trong những câu dưới đây hoặc một câu khác phù hợp của bạn:

Điều gì làm vấn đề này khó giải quyết...?

Điều gì làm tôi lo lắng về vấn đề này...?

Sẽ có ích nếu tôi nghĩ ra cách để...

Tôi đang phân vân tại sao tôi phản ứng bằng cách...

Những việc đang diễn ra ở đây có thể được giải thích bằng...

Bây giờ hãy chọn một hoặc hai cách gợi nhớ sau đây phù hợp nhất với tình huống của bạn, và sử dụng các câu hỏi dưới để kích thích trí nhớ của bạn về những sự kiện tương tự bạn đã trải qua. Viết một câu hay một đoạn văn về mỗi sự kiện.

Nhớ lại dựa trên giai đoạn:

Tập trung vào một giai đoạn trong cuộc sống của bạn. Nhớ lại những sự kiện liên quan trong thời gian bạn học đại học hay cấp ba, công việc đầu tiên, một trong những quan hệ trước kia của bạn, nơi bạn sống trong thời gian dài, một kỳ nghỉ hay chuyến đi, bắt đầu nuôi con, sống trong một giai đoạn lịch sử có ý nghĩa lớn đối với bạn, hay nghe một số bài hát hay của nghệ sĩ nổi tiếng một thời.

Nhớ lại dựa trên đặc điểm:

Tập trung vào những đặc điểm quan trọng trong tình huống hiện tại. Nhớ lại những kinh nghiệm trong quá khứ liên quan đến cùng một kiểu người hoặc vấn đề đó, và tự đặt những câu hỏi liên quan:

- Bạn đã đối phó với một hoặc nhiều người có kiểu tính cách này khi nào?
- Bạn đã vướng vào kiểu tổ chức có cùng đặc điểm như lần này khi

nào?

- Bạn nhớ là đã có cảm xúc như bạn đang cảm thấy lúc này khi nào?

- Bạn đã phải đối mặt với kiểu sức ép như lúc này khi nào?

- Bạn đã nghe thấy những từ hay thuật ngữ mà bạn đang nghe khi nào?

- Bạn đã từng có cùng quan điểm đối với vấn đề này như bạn cảm thấy bây giờ khi nào?

Nhớ lại dựa trên mục đích:

Tự hỏi xem mục đích bạn đang hướng tới đã từng được bạn theo đuổi trong những trường hợp khác hay được những người khác mà bạn biết theo đuổi hay chưa.

- Tôi đã theo đuổi mục đích này khi nào và như thế nào?

- Có ai khác mà tôi biết đã từng theo đuổi mục đích tương tự không?

- Tôi đã đọc về ai hay xem nhân vật nào trong các vở kịch, trên ti vi, hay trong văn học, báo chí có cùng mục tiêu này?

- Những người tôi ngưỡng mộ với kỹ năng và khả năng của họ sẽ làm gì để đạt được mục tiêu này?

Nhớ lại dựa trên giải thích:

Tự hỏi xem trong tình huống tương tự nào bạn đã trải qua mà bạn cố gắng giải thích các sự vật theo cách tương tự. Cách làm của bạn trong các tình huống đó có thể giúp ích gì trong trường hợp này?

- Tôi đã giải thích tình huống này như thế nào trước đây?

- Tôi đã đọc hoặc nghe giải thích nào về cùng một kiểu tình huống như thế này?

- Giải thích nào của các tình huống liên quan áp dụng ở đây?
- Tình huống này giải thích như thế nào bằng cách phối hợp nhiều lý thuyết khác nhau, như tâm lý hay triết học, niềm tin chính trị, hay nguyên tắc kinh doanh?

Khi bạn đã trả lời tất cả câu hỏi làm bạn nhớ về những sự kiện có liên quan trong quá khứ, hãy ứng dụng chúng vào tình huống hiện tại. Sự kiện gợi nhớ nào giống nhất với vấn đề hiện tại của bạn? Chúng có giúp giải quyết vấn đề? Bạn có thể tìm thấy gì tương tự giữa cách bạn xử sự trong tình huống trước và điều bạn có thể làm lúc này không? Bạn phải thay đổi phương pháp trước kia như thế nào để đáp ứng những điểm khác biệt của tình huống hiện tại?

♦ ♦ ♦ ♦

Bạn sẽ có lợi ích từ việc sử dụng kỹ năng này để có cái nhìn sâu sắc hơn về vấn đề hiện tại. Thói quen truy cập vào kho sự kiện trong quá khứ sẽ ảnh hưởng tới cách bạn ghi nhớ các sự kiện trong hiện tại. Bạn sẽ bắt đầu phân loại các sự kiện, tình huống nhiều hơn, và ghi nhớ chúng chi tiết hơn - do đó phát triển kỹ năng so sánh đối chiếu của bạn.

ĐẶT NHỮNG CÂU HỎI SẮC SẢO

Trong tác phẩm kinh điển *Những điều có ảnh hưởng nhất đến nhận thức*, Giáo sư James Adam thuộc Đại học Sanford đã nhận thấy rằng cảm giác thích hỏi là nhân tố cơ bản trong cách học lạ thường của chúng ta khi còn nhỏ.

Nhưng đó là cảm giác cơ bản trong phương pháp học tập đỉnh cao. Nếu tôi phải xác định phẩm chất chính của một người học có hiệu quả nhất, đó có thể là khả năng đặt nhiều câu hỏi, câu hỏi tốt, và biết cách làm thế nào để có câu trả lời. Người tiêu biểu cho lĩnh vực này là Socrates, người khởi xướng truyền thống tư duy phương Tây không phải bằng cách đặt ra hệ thống câu trả lời mới, mà bằng cách tiếp tục đặt câu hỏi sắc sảo.

Liệu chúng ta có thể lấy lại được cảm giác thích hỏi và thay đổi cách học tập của mình theo kiểu mà khi còn nhỏ chúng ta đã làm? Giáo sư Adams thuyết phục rằng chúng ta có thể:

Khi bắt đầu đặt câu hỏi, bạn thường xuất hiện cản trở về mặt tâm lý, vì rõ ràng là bạn đang bộc lộ sự kém hiểu biết của mình cho mọi người biết. Tuy nhiên, cản trở này sẽ mất ngay khi bạn phát hiện ra khả năng thông kim bác cổ xuất hiện ở loài người là không cao. Không ai có thể biết tất cả các câu trả lời, và người hỏi, thay vì có vẻ như ngu ngốc, lại thể hiện được quan điểm của mình.

Một trong những người hướng dẫn giỏi nhất về phát triển cảm giác thích hỏi là Roger Shank, ông đã được giới thiệu trong phần nhớ lại. Trong cuốn *The Creative Attitude: Learning to Ask and Answer the Right Questions* (Quan điểm sáng tạo: học cách hỏi và trả lời những câu hỏi thích hợp) của ông, có rất nhiều lời khuyên và giải thích hữu ích.

Một trong những quan điểm thú vị nhất của Shank là tư duy sáng tạo dựa trên mức độ thất bại. Ông cho rằng chu kỳ hiểu biết bắt đầu khi điều mong muốn của chúng ta không thành hiện thực - cái gì đó đã không diễn ra theo cách chúng ta nghĩ. Do đó, chúng ta hỏi tại sao. Sau đó chúng ta nghĩ ra những lời giải thích mà thường gợi nhớ đến sự kiện khác. Điều này dẫn đến một câu hỏi khác: Hai sự kiện này giống nhau như thế nào? Đến lượt mình câu hỏi này gợi ý lời giải thích mới, tổng quát hơn cho cả hai sự kiện. Vì sự khái quát hóa này dẫn đến mong muốn mới, chúng ta lại quay lại điểm bắt đầu của chu kỳ.

Tóm lại, mong muốn không thành sẽ dẫn đến câu hỏi ("Tại sao?"), dẫn đến lời giải thích ("Bởi vì"), dẫn đến hiện tượng nhớ lại ("Có vẻ giống như khi"), dẫn đến câu hỏi mới ("Chúng giống nhau như thế nào?"), dẫn đến sự khái quát hóa, và tạo ra một mong muốn mới.

Đây có vẻ như bài tập vô ích. Sao lại phải giải thích khi mong muốn của chúng ta không thành sự thật? Nhưng vấn đề không phải là nó hữu ích như thế nào trong thực tế. Một số mong ước trở thành hiện thực - và sau đó, chúng ta có thể bổ sung thêm phần giải thích về thành công của chúng vào kho kiến thức riêng của chúng ta. Vấn đề chủ yếu ở đây là: bằng cách chủ động đưa ra nhiều lời giải thích trong quá trình học, bạn sẽ có nhiều cơ hội hơn trong việc tìm kiếm lời giải thích nào có ích. Bất cứ lời giải thích nào thất bại đều loại ra một vài khả năng, và mọi lời giải thích thành công đều đáng được vận dụng lại trong những trường hợp tương tự.

Ông Shank cho rằng, quá trình học của bạn hiệu quả cao nhất liên quan đến việc chủ động giải thích mọi việc cho bản thân bạn, áp dụng những lời giải thích hiệu quả trong một trường hợp vào những sự kiện mới, và rút ra thêm nhiều lời giải thích chính xác nữa mà có thể vận dụng lại trong tương lai.

Ý tưởng này sẽ áp dụng trong bài tập tiếp theo: "Hỏi chuyên gia". Đây là một cơ hội để mài giũa kỹ năng đưa ra và loại bỏ các giải thích để tăng cường hiệu quả cho phương pháp học của bạn.

♦ ♦ ♦ ♦

Hỏi chuyên gia

Qua bài tập của Giáo sư Adam, bạn sẽ biết được hiệu quả của việc học với cảm giác thích hỏi, thay vì chỉ nghe chuyên gia nói về lĩnh vực của họ. Đặt câu hỏi đặc biệt quan trọng trong việc tìm ra vấn đề và xác định vấn đề.

Để làm bài tập này, bạn cần người cộng tác, người này hoạt động trong lĩnh vực không quen thuộc với bạn. Bài tập này sẽ tốn một số thời gian nhất định, nhưng nếu đó là bạn của bạn hoặc là người quan tâm đến những hoạt động như thế này thì anh ta/cô ta sẽ giúp đỡ bạn.

Bắt đầu bằng cách đặt câu hỏi cho đến khi bạn đã xác định được vấn đề cụ thể trong nghề nghiệp của người đó. Không được hài lòng với một vấn đề mơ hồ, quá tổng quan, chung chung (Ví dụ: "Chăm sóc y tế cho người già" sẽ là quá rộng). Cố xác định một vấn đề cụ thể mà chắc chắn sẽ giải quyết được với một chút cố gắng, ví dụ như: Tại sao nhìn thấy một chiếc kim tiêm lại làm mọi người sợ?

Khi bạn đặt câu hỏi, cần nhận thức khó khăn của bạn nằm ở đâu. Những thể loại câu hỏi này có khó hỏi hơn các loại khác không? So với các loại câu hỏi khác, câu trả lời cho vấn đề bạn hỏi là gì? Bạn có thể đi từ phát biểu chung đến phát biểu cụ thể không? Bạn đã xử lý một số phát biểu để đến với phát biểu cuối cùng?

♦ ♦ ♦ ♦

Bây giờ, sau khi đã luyện tập việc sử dụng cảm giác thích hỏi, bạn

có thể muốn biết thêm về cách đưa ra, hoàn thành và trả lời câu hỏi. Schank đã chỉ ra rằng hiểu biết chỉ có thể xuất phát từ những cái chưa biết. Đối với ông, chìa khóa đến với tư duy sáng tạo là cái gì chúng ta không hiểu, một điều bất thường. (Khi tôi viết từ "điều bất thường", tôi đã thấy bản thân bất thường, vì vậy tôi tra từ này trong từ điển. Từ này có gốc từ xuất phát từ tiếng La-tinh và Hy Lạp có nghĩa là "không bình thường, thất thường, hay phi lý").

Tất cả chúng ta đều đã từng thấy những câu đố của bọn trẻ yêu cầu tìm một số vật, hiện tượng không đúng trong một bức tranh. Vô cùng thích thú, đứa trẻ bắt đầu đếm những con bò lộn ngược hay những con cá đang bay trong đám mây, hay những thứ tương tự như vậy. Đây là một ví dụ khá đơn giản để nhận ra những điều bất thường. Một ví dụ có phần phức tạp hơn cùng nguyên tắc như trên là các bài kiểm tra tâm lý khác nhau yêu cầu bạn chỉ ra đối tượng nào không thuộc vào nhóm. Schank nhấn mạnh vào những điều bất thường vì:

Để sáng tạo trong một lĩnh vực, bạn phải học cách tìm điểm bất thường trong lĩnh vực đó và giải thích cho điều bất thường đó. Những ý tưởng mới bắt đầu xuất hiện. Cố gắng tìm kiếm những điều bất thường có nghĩa là gì? Điều đó có nghĩa là đem những sự kiện ngày thường, xem xét chúng theo cách khác, coi chúng như những sự kiện mới. Điều đó có nghĩa là phát hiện tại sao ngày thường không bình thường chút nào...

Chúng ta có thể "quyết định" coi hầu hết mọi thứ là không bình thường. Khi chúng ta làm như vậy, chúng ta đang nắm vai trò chủ động điều khiển chu kỳ hiểu biết một cách hiệu quả, áp dụng nó trong trường hợp mà trước đó nó chỉ diễn ra một cách vô thức và thụ động.

Schank đã có nhận định đúng, đó là cơ sở cho cảm giác thích hỏi mà những người học hiệu quả nhất phát triển. Nếu bạn có thể tìm ra điều bất thường trong bất cứ thứ gì thay vì xem những sự kiện hàng ngày chỉ là mớ cũ rích giống nhau - hiện trạng - kinh nghiệm cuộc sống của bạn sẽ vô cùng phong phú, bạn sẽ phát triển một cái nhìn rộng hơn về học tập. Tôi mong rằng bạn đã chú ý một yếu tố xuất hiện trong cả bài tập của Adam và giải thích của Schank về tầm quan trọng của những điều bất thường: chủ động điều khiển. Chúng ta càng có khả năng định hướng có ý thức việc đặt câu hỏi và ghi nhớ các kỹ năng, thì việc chỉnh sửa những câu hỏi và giải thích càng đơn

giản. Học theo cách này cũng thoải mái hơn là chỉ như một miếng bọt biển thụ động thấm hút những gì các chuyên gia cho rằng chúng ta nên biết.

Bài tập dưới đây sẽ cung cấp cho bạn cách phát triển kỹ năng phát hiện những điều bất thường không dễ phát hiện.

♦ ♦ ♦ ♦

Kiếm tìm những điều bất thường

Schank giới thiệu bốn công cụ giúp chỉ ra các điểm bất thường. Chọn ba việc diễn ra trong ngày của bạn. Đó có thể là những sự kiện hoàn toàn bình thường mà bạn không bao giờ nghĩ có gì phải băn khoăn. Sử dụng những kỹ năng dưới đây, miêu tả mỗi sự kiện như thể chúng bất thường.

1. Giả sử mọi việc đều bất thường đến khi điều ngược lại được chứng minh. Đặt những câu hỏi như:

"Điều gì làm những món ăn Mexico khác món ăn Thái?".

"Tại sao có người lại mở nhà hàng ở đây?".

"Các chương trình quảng cáo trên ti vi cố gắng lôi kéo được tôi mua những sản phẩm đó bằng cách nào?".

2. Đưa ra điều thay thế cho mọi thứ:

"Điều gì xảy ra nếu tôi dùng hạt tiêu phương Đông cho món salsa Mexico?".

"Tôi sẽ mở một nhà hàng ở đâu trong khu vực này?".

"Thông tin gì trong một chương trình quảng cáo lôi kéo được tôi mua được mặt hàng đó?".

3. Bác bỏ các giải thích thông thường. Nhớ rằng mục tiêu ở đây không chỉ đơn giản là nhận xét, mà là đưa ra sự lựa chọn mới. Điều gì mà "ai cũng biết" là mục tiêu lớn trong suy nghĩ đầu tiên của bạn.

4. Tưởng tượng bạn là người ngoại quốc hay người hành tinh khác. Đây là một trong những cách yêu thích của tôi. Bạn sẽ giải thích như thế nào với người ngoài hành tinh những sự kiện bình thường của trái đất như: tắc nghẽn giao thông, hay phim truyền hình nhiều tập trên ti vi? Bạn phải làm rõ điều gì?

♦ ♦ ♦ ♦

Những phương châm của schank

Phần này sẽ kết thúc với danh sách kết luận của Giáo sư Schank, danh sách này tóm tắt những chiến lược để đặt câu hỏi sáng tạo, cũng như để học hiệu quả cao nhất. Một số có vẻ rõ ràng, một số đôi khi bạn đã làm rồi. Nhưng vấn đề ở đây là: Mặc dù không một điểm nào dưới đây quá khó nhận thức, nhưng Schank tin rằng những áp lực về mặt xã hội sẽ buộc chúng ta phải sáng tạo ở mức chúng ta có thể. Hoặc chúng ta sợ thể hiện cái dốt và có vẻ ngớ ngẩn, hoặc chúng ta cảm thấy đang buộc phải chấp nhận điều người ta nói với mình mà không được hỏi - cảm giác “không tạo sóng “ dường như quá lan tràn. Như Schank diễn tả: “Điều khó khăn là thay đổi thái độ của một người về khả năng tư duy của bản thân họ.”

Nếu bạn muốn, bạn có thể tạo ra một bài tập riêng của bạn cùng với những phương châm của Schank, theo mẫu chúng ta đã dùng trong bài tập trước. Trong danh sách dưới đây, những nhận xét tôi bổ sung được đặt trong ngoặc.

Các phương châm của Schank

1. *Tìm kiếm những điều bất thường*. Nói một cách sáng tạo, điều bất thường xảy ra ở nơi nào có hành động.

2. *Lắng nghe*. Bạn không thể tìm ra điều bất thường nếu bạn không chú ý điều gì đang diễn ra.

3. *Tìm dữ liệu*. Trước khi đưa ra giả thuyết (hay giải thích), hãy xem xét xung quanh bạn, tự hỏi chuyện gì đang diễn ra. Bạn biết càng nhiều, bạn càng có thể sáng tạo.

4. *Phân loại và tạo ra bảng phân loại mới*. Giá trị thực sự của việc này là sự khái quát hóa bạn có được.

5. *Tổng hợp nhanh*. Ý kiến đằng sau sự tổng hợp nhanh thường không chính xác, nhưng đó là ý tưởng.

6. *Giải thích*. Khi chúng ta học một điều gì đó, đó là bởi vì chúng ta đã nghĩ ra một lời giải thích cho điều đó. Chúng ta đã giải thích điều đó cho chính chúng ta.

7. *Không học các quy tắc*. Bạn phải chọn lý do phản đối, chắc chắn rằng bạn có lý do bảo vệ quan điểm của bạn, và sẵn sàng chịu hậu quả.

8. *Vứt bỏ các giải thích cũ*. Đặt câu hỏi tại sao... điều quan trọng là học cách không tin những lời giải thích, không phải bởi vì ai đó đang cố gắng lừa gạt bạn, mà bởi vì sự hiểu biết cũ có thể sai.

9. *Hãy để trí não lang thang đâu đó*. Quá trình để đầu óc bạn đi đến đâu nó muốn sẽ hữu ích nếu nơi nó đến là một điểm thú vị...

10. *Thất bại sớm và thường xuyên*. Thất bại là điều tốt. Chúng ta học từ thất bại. Hãy tận dụng cơ hội. Hãy có một ý tưởng và chấp nhận khả năng dù đó là một ý tưởng không hay.

11. Một cách thông minh, Schank cũng bổ sung phương châm dưới đây vào danh sách - Phương châm thứ 11: *Vứt bỏ tất cả các phương châm trên*. Ai nói cho tôi biết tôi đang nói về điều gì? Liệu chúng ta có thể thực sự nâng cao khả năng sáng tạo? Đó là một câu hỏi hay.

SẮP XẾP TẤT CẢ CÁC KHẢ NĂNG CỦA NÃO BẠN

Hầu hết các kỹ năng được giới thiệu ở chương này và chương trước đều liên quan đến nhận thức; có nghĩa là các kỹ năng này liên quan đến phương pháp nâng cao kiến thức chúng ta có được từ quá trình tư duy. Thế còn các phương pháp hoạt động khác của bộ não? Một số đã được tìm hiểu ở đầu cuốn sách này, nhưng ở đây bạn sẽ học phương pháp kết hợp chúng - sắp xếp để có được hiệu quả cao nhất từ mỗi phương pháp.

Lấy những cảm xúc của bạn làm ví dụ - bạn cảm thấy thế nào về điều bạn đang học? “Phản ứng linh cảm” của bạn đối với những kiến thức mới, hay ý tưởng mới là gì? Bạn luôn có một số cảm giác mạnh

với bất kỳ thông tin nào mà bạn đang xử lý. Nhận ra những cảm xúc này - sử dụng chúng như dấu hiệu phản ứng theo bản năng của bạn - có thể rất quan trọng cho học tập hiệu quả.

Tương tự như vậy, trí tưởng tượng của bạn thế nào? Trí óc bạn không bao giờ bị giam cầm bởi thực tế trước mắt. Bản chất của con người là tạo ra liên tưởng đến những sự vật khác. Làm thế nào để sử dụng khả năng tưởng tượng, hài hước, ẩn dụ, và các khả năng khác của trí tưởng tượng để làm phong phú hiểu biết của bạn?

Vậy đã có trực giác. Đây là một từ xuất phát từ tiếng La-tinh có nghĩa là "nhìn bên trong, xem xét hay nhìn và suy ngẫm". Trực giác thường liên quan đến quá trình nhận thức có vẻ giống như cảm giác nhiều hơn là một phản ứng trí tuệ - nó ngay lập tức, nó "cảm nhận đúng", và chúng ta không biết (một cách có ý thức) chúng ta đã đến với hiểu biết của mình như thế nào.

Lóe sáng ý tưởng bằng tưởng tượng

Tính sáng tạo được định nghĩa là có nhiều ý tưởng khác nhau về một vấn đề nào đó. Vâng, tôi biết rằng tất cả chúng ta đều được dạy là một ý tưởng hay giá trị bằng một nghìn ý tưởng tồi, nhưng làm sao bạn có thể nói được đâu là ý tưởng hay nếu không có một lượng ý tưởng tương đối để lựa chọn? Nói tóm lại, sáng tạo thực sự có nghĩa là cho phép não bạn tạo ra càng nhiều ý tưởng càng tốt mà không đánh giá trước giá trị của chúng.

Một khía cạnh khác của tính sáng tạo là khả năng tạo ra càng nhiều ý tưởng càng tốt trên một diện rộng chứ không phải vài dòng tư duy có liên quan hạn hẹp. Trong một bài tập, bạn được đề nghị là nghĩ ra càng nhiều công dụng của gạch càng tốt. Bạn có thể nghĩ ra rất nhiều công dụng như cách liệt kê ra các hoạt động như: "xây nhà", "xây trung tâm mua sắm", "xây ga-ra" và cứ tiếp tục như vậy theo cách này, nhưng những ý tưởng của bạn thiếu sự phong phú. Bạn sẽ có thêm nhiều ý tưởng hơn khi ai đó đem đến ý tưởng "làm một tác phẩm nghệ thuật", "đập vỡ cửa sổ", hay để "với cao hơn".

Bạn làm thế nào để có được nhiều ý tưởng khác nhau và hợp lý và có thể là quan trọng, về vấn đề bạn đang tìm hiểu?

Một trong những phương pháp tốt nhất là Liên tưởng gán ghép

về hình dạng, một cái tên không thiện cảm cho một quá trình vui vẻ. Dưới đây là các quy tắc và ví dụ cho quá trình này do Koberg và Bagnall đưa ra trong cuốn giáo khoa lên kế hoạch cho cuộc sống độc đáo của họ mang tên *The Universal Traveler* (Du lịch khắp hoàn cầu):

1. Phát biểu vấn đề.

2. Liệt kê các thuộc tính của tình huống.

3. Dưới mỗi thuộc tính, ghi tất cả những thuộc tính thay thế bạn có thể nghĩ ra.

4. Khi danh sách đã hoàn tất, chọn ngẫu nhiên một thuộc tính thay thế dưới mỗi thuộc tính, và kết hợp chúng lại tạo ra dạng mới hoàn toàn của đối tượng ban đầu bạn. (Xét cho cùng, hầu hết các phát minh chỉ là cách kết hợp mới từ những phần, bộ phận cũ).

   Ví dụ:

   Đề tài: Cải tiến bút bi

THUỘC TÍNH:			
Hình trụ	Chất dẻo	Nắp rời	Vỏ thép…
CÁC THUỘC TÍNH THAY THẾ:			
Phẳng	Kim loại	Nắp liền	Không vỏ
Vuông	Thủy tinh	Không nắp	Vĩnh cửu
Tròn	Gỗ	Thụt vào	Vỏ giấy
Chạm khắc	Giấy	Nắp chống bụi	Hộp mực

Một điểm xuất phát hữu ích khác để kích thích những ý tưởng về đề tài của bạn là cuốn sách có tên là *Strategy Notebook* (Sổ tay chiến lược) do Interaction Associates ở San Franciso xuất bản. Cuốn sách giới thiệu 60 chiến lược tư duy riêng lẻ có thể áp dụng vào bất cứ kế hoạch nào của bạn, giúp bạn nghĩ ra các ý tưởng. Bất cứ khi nào bạn thấy mình đang ở ngõ cụt, hay không biết đi đâu tiếp theo, bạn có thể chọn ngẫu nhiên một khái niệm trong số đó xem trí tưởng tượng của bạn có thể làm gì. Dưới đây là danh sách các chiến lược và một ví dụ về cách bạn sử dụng một chiến lược để đưa ra các ý kiến trong một vấn đề chung chung:

Xây dựng	Thể hiện	Kích thích
Xoá bỏ	Tổ chức	Kiểm tra
Thụt lùi	Kiểm tra	Điều khiển
Kết hợp	Biểu đồ	Sao chép

Phân loại	Đồ thị	Giải thích
Khái quát hoá	Diễn đạt bằng lời	Biến đổi
Minh họa	Hình dung	Dịch
Liên hệ	Nhớ lại	Làm giảm
Thi hành	Ghi lại	Phóng đại
Trì hoãn	Hạn chế	Tự chủ
Nhảy vào	Tìm kiếm	Thích nghi
Giữ riêng	Lựa chọn	Kết hợp
Giải thoát	Dự đoán	Chia tách
Thúc đẩy	Giả định	Thay đổi
Thư giãn	Hỏi	Khác nhau
Mơ	Giả thuyết	Chu trình
Tưởng tượng	Dự đoán	Nhắc lại
Làm sạch	Định nghĩa	Hệ thống hoá
Ấp ủ	Tượng trưng	Ngẫu nhiên

Ưu điểm: ưu điểm của kỹ năng xóa bỏ nằm ở khả năng bạn có thể chắc chắn bạn cần cái gì hơn cái gì. Chiến lược này yêu cầu bắt đầu với nhiều hơn những cái bạn cần hay bạn muốn trong giải pháp và xóa bỏ một số yếu tố theo một số tiêu chí mang tính quyết định. Có yếu tố an toàn trong chiến lược này, vì bạn chưa tự mở rộng thái quá bằng cách quyết định cái bạn không cần trong giải pháp.

Hạn chế: chiến lược này giả sử rằng trong loạt khả năng mà bạn đang xem xét, có một giải pháp tốt. Tuy nhiên, sau khi bạn loại trừ tất cả, có thể sẽ chẳng còn gì. Một khó khăn khác dễ dàng suy ra rằng bạn muốn điều ngược lại với điều bạn vừa loại bỏ (có nghĩa là, bạn không muốn mưa; như vậy chắc chắn bạn muốn trời nắng, bỏ qua các khả năng còn lại như: tuyết, sương mù, mưa đá...). Do đó, phải làm giảm tác động của loại trừ bằng các cảnh báo và đánh giá tốt.

Bài tập dưới đây giới thiệu cơ cấu để kích thích các ý tưởng mới.

♦ ♦ ♦ ♦

Ai cần sản phẩm của ta?

Mỗi thành viên trong nhóm của bạn hãy liệt kê danh sách những khách hàng có thể có cho sản phẩm mà bạn muốn bán. Không bỏ qua bất cứ ý tưởng hay mối liên hệ nào mà ai đó gợi ý gán cho nó không mấy liên quan hay không ăn nhập với nhau. Viết ra tất cả các ý tưởng.

Khi mọi người nhất trí rằng họ không nghĩ thêm được bất kỳ khả năng nào nữa, mỗi thành viên trong nhóm sẽ xem xét tỉ mỉ toàn bộ các ý tưởng bạn vừa ghi chép. Họ nên loại ra những khách hàng họ coi là không hợp lý và lập danh sách riêng cho mình. Khi tất cả các thành viên đã hoàn thành danh sách của mình sau khi đã loại trừ, ghim danh sách tất cả cá nhân lên trên cái bảng để mọi người có thể chia sẻ ý tưởng của nhau. Ưu điểm của bài tập này là cho phép các thành viên trực tiếp tham gia vào chủ đề bằng cách sử dụng chiến lược loại bỏ, bài tập này có thể được sửa đổi để xử lý các chủ đề khác nhau.

♦ ♦ ♦ ♦

Đến đây bạn có thể thấy rằng đưa ra nhiều ý tưởng về một số vấn đề giống như một trò chơi hơn là công thức cứng nhắc hay nhóm các quy định. Tưởng tượng liên quan đến vui chơi, hãy để trí não bạn thong dong. Bởi vì tưởng tượng vô cùng quan trọng đối với tính sáng tạo, nên không có gì ngạc nhiên khi coi sáng tạo giống như là một trò vui.

Cả hai ví dụ của chúng ta đều liên quan đến quá trình nhận thức - những điều mà bạn thực hiện với trí não. Bây giờ chúng ta chuyển sang khả năng có lẽ là kho sáng tạo lớn nhất mà chúng ta có: những quá trình thuộc về tiềm thức bí ẩn của trực giác.

Sử dụng trực giác

Bởi vì trực giác của chúng ta nằm ngoài nhận thức có ý thức, nên khó có thể nói nhiều về nó. Trực giác có thể được xác minh về mặt khoa học nằm ở ranh giới giữa kỹ năng học theo cảm xúc ở Chương 3 và kỹ năng liên quan đến nhận thức nhiều hơn ở phần trên.

Tuy nhiên vì mục đích của cuốn sách, tôi chỉ muốn nhấn mạnh rằng sử dụng trực giác có thể tạo ra sự khác biệt lớn đối với kết quả học tập của bạn. Trực giác cho phép bạn bỏ qua những bước lập luận chi tiết để tiến tới kết luận, tập trung vào điều mà trí não bạn bảo là

đúng mà không làm chậm lại quá trình tư duy để kiểm tra sai sót ở những chi tiết nhỏ. Nhờ trực giác, trong đầu bạn có thể đột nhiên lóe sáng một ý tưởng, đó có thể là chìa khóa để giải quyết vấn đề. Trong nhiều trường hợp, đó là tất cả những gì bạn cần cho kế hoạch học tập. Là một người theo phương pháp học tập đỉnh cao tự định hướng, các bước ở giữa có thể không có ý nghĩa nhiều đối với bạn, nhưng nếu trong trường hợp cần thiết bạn luôn có thể quay trở lại và chỉnh sửa chi tiết sau.

Nguyên tắc cơ bản của trực giác trong phương pháp học tập đỉnh cao là nhận thức rằng học tập không chỉ là cái gì bạn làm mà còn là cái gì bạn cho phép diễn ra. Cơ hội và may mắn giúp việc học tập của bạn, nếu bạn để chúng làm như vậy. Vì vậy, bạn không nên sợ đi theo linh cảm của mình, thậm chí nếu bạn hoàn toàn không thể giải thích được chúng sẽ đi tới đâu. Bạn làm thế nào để khuyến khích cảm giác này?

Thứ nhất, là hãy đón nhận khả năng may mắn. Tất cả chúng ta đều đã trải qua những sự kiện, trường hợp mà chúng ta học được cái gì đó mới ví dụ như một từ mới, và tình cờ có vài cơ hội sử dụng từ đó trong ít tuần tiếp theo. Nếu bạn vẫn còn chào đón những cơ hội mà số phận mang đến cho bạn thì có khả năng là ít nhất một vài trong số đó có thể hữu ích. Đó là lý do tại sao người học hiệu quả nhất thường làm quen với việc thử những cái mới, đọc sách về vấn đề mà bạn không bao giờ nghĩ là để học, nói chuyện với những người tình cờ quen như bạn đồng hành trên một chuyến bay, và luôn chú ý tới những điều bất thường thú vị. Tất cả những điều này giúp chúng ta nhìn thấy sự bất ngờ, may mắn. Khi chúng ta bỏ thời gian để suy xét những sự kiện như vậy, xem xét chúng có ý nghĩa gì, chúng ta có thể tìm thấy một kho báu đầy ngạc nhiên mà chúng ta không bao giờ nghĩ đến.

Thứ hai, sử dụng nhật ký để ghi lại bất cứ một ý nghĩ chợt xuất hiện mờ nhạt mà bạn thường xua đuổi, coi là không liên quan, lặt vặt, hay không có chứng cứ. Nhớ rằng chúng ta đều đã buộc phải quen với ý nghĩ là không có quyền đánh giá một vấn đề nào đó cho đến khi nắm vững được những điều mà những người được gọi là chuyên gia đã biết. Như bạn đã thấy trong Chương 6, và trong những nguyên tắc của Schank, *Ấn tượng ban đầu* hoàn toàn có thể cho những ý tưởng mới bởi vì chúng ta đang nhìn vấn đề với một cái nhìn mới.

Thứ ba, tham khảo trực giác của bạn. Tìm hiểu xem bạn cảm thấy thế nào về kế hoạch học tập, hay mục tiêu mà bạn đề ra, nguồn tài liệu mà bạn xem xét, và hành động mà bạn đang chuẩn bị thực hiện. Nếu bạn thấy băn khoăn với bất cứ điều gì, hãy xem xét kỹ hơn và tìm ra nguyên nhân tại sao.

Ban đầu, bạn cần phải có chút nỗ lực. Trong suốt những năm ngồi trên ghế nhà trường, chúng ta đã được dạy là bỏ qua tất cả các cảm giác làm ta bất an; xét cho cùng thì học tập đã được coi là một việc vất vả, chứ không phải là một cảm giác thoải mái. Chúng ta có bổn phận phải điều chỉnh sở thích của mình theo kế hoạch của giáo viên. Thật là may mắn điều đó không còn đúng với chúng ta, những người đã trưởng thành.

Cảm giác của chúng ta có thể đóng vai trò như thiết bị đo lượng thông tin, cung cấp các đầu mối mà ngoài tầm kiểm soát của ý thức. Học để có được nhiều nhất thông tin kiểu này - bằng cách để nó xuất hiện trong đầu của chúng ta mà không vội đánh giá thông tin đó nên là gì - là một thói quen tốt. Chúng ta càng có khả năng thực hiện được điều này trong quá trình học tập, chúng ta càng tự khuyến khích mình rèn luyện kỹ năng về trực giác vì quyền lợi của chính chúng ta.

Sáu chiếc mũ tư duy

Tôi sẽ tóm lại chương này với một trong những cách tốt nhất tôi biết để kết hợp các cảm giác, tưởng tượng, trực giác, tư duy theo lý trí trong học tập, một quá trình do Eward de Bono phát triển gọi là *Sáu chiếc mũ tư duy*. De Bono thường được coi là người đi tiên phong trên thế giới trong việc trực tiếp giảng dạy tư duy như một kỹ năng. Ông được biết đến nhiều nhất với thuật ngữ “tư duy biên”, có nghĩa là quá trình tiếp cận vấn đề từ một bên chứ không tuân thủ các bước tiếp cận theo thứ tự chặt chẽ để kích thích các giải pháp sáng tạo.

De Bono yêu cầu bạn tưởng tượng (hay thực tế là có) sáu chiếc mũ với sáu màu, mỗi chiếc thể hiện một vai trò chính của bộ não trong quá trình học tập. Mỗi chiếc mũ sẽ khuyến khích bạn nhìn vấn đề theo một cách riêng biệt. Đồng thời sử dụng những chiếc mũ này, bạn sẽ có thể lựa chọn được hướng tốt nhất để suy nghĩ về vấn đề, chuyển từ cách này sang cách khác, và để biết được rằng bạn đã sử dụng tất cả những cách tư duy chủ yếu khi bạn hoàn tất.

Những chiếc mũ cũng giống như phép ẩn dụ quen thuộc chúng ta đã biết đến. Từ những ngày còn đi học, chắc hẳn chúng ta đã biết ý nghĩa đằng sau chiếc mũ ngu ngốc mà những giáo viên phổ thông ở Mỹ ngày xưa thường bắt những học sinh kém thông minh đội. Trong trường hợp này, chúng ta đang sử dụng những chiếc mũ thay cho vai trò.

Nào bây giờ hãy bắt đầu bằng hình thành trong đầu hình ảnh về sáu chiếc mũ, mỗi chiếc đại diện cho một cách tư duy cơ bản về bất cứ một vấn đề hay khó khăn nào:

- *Mũ trắng* - được dùng để nghĩ về các sự kiện, số liệu, và các thông tin khách quan khác.

- *Mũ đỏ* - được dùng để gợi ra những cảm giác, cảm xúc, và các cảm giác khác không dựa trên lý trí nhưng có thể rất giá trị, ví dụ như linh cảm và trực giác.

- *Mũ đen* - được dùng giải thích tại sao một ý tưởng nào đó không có kết quả; chiếc mũ này mang lại những lập luận theo logic, tiêu cực.

- *Mũ vàng* - được dùng để có cái nhìn tích cực; nhận thấy cơ hội, khả năng, và lợi ích.

- *Mũ xanh lá cây* - được dùng để tìm kiếm những ý tưởng sáng tạo mới.

- *Mũ xanh da trời* - được dùng như mũ chủ kiểm soát quá trình tư duy.

Những chiếc mũ này đặc biệt có ích khi bạn đang cố gắng giải quyết một vấn đề, hay đưa ra một quyết định, như là có nên nhận một việc làm nào đó, thuê một căn hộ, bỏ phiếu cho một ứng cử viên, bắt đầu mối quan hệ, hay lựa chọn địa điểm cho kỳ nghỉ. Trong những trường hợp như vậy, hãy nghĩ đến những chiếc mũ khi bạn thu thập thông tin để đưa ra quyết định, và một lần nữa khi bạn thực sự quyết định.

Bài tập dưới đây mang đến cảm nhận về những lợi ích bạn có được từ trò vui với những chiếc mũ của De Bono.

♦ ♦ ♦ ♦

Sử dụng sáu chiếc mũ

1. Chọn một khó khăn hay vấn đề mà bạn cần phải đưa ra quyết định dựa trên thực tế, cảm giác của bạn, điều có thể xảy ra trong tương lai, và những nguy cơ - nói một cách khác, hầu như tất cả quyết định quan trọng từ việc đầu tư đến bắt đầu một mối quan hệ mới.

2. Diễn đạt trong một câu mục tiêu đạt tới của bạn trong bài tập tư duy nhỏ này là gì. Sử dụng nhật ký học tập của bạn hoặc một tệp giấy, nhưng bảo đảm rằng bạn có ít nhất sáu tờ giấy rời - mỗi tờ cho một chiếc mũ.

3. Quyết định chiếc mũ nào phù hợp để bắt đầu với vấn đề này. Bạn phải thể hiện ra những cảm nhận của mình không? Nghĩ xem bạn cần biết điều gì tiếp theo trong vấn đề này? Dự đoán kết quả tương lai của quyết định này? Làm rõ những tình huống bất ngờ gây lo lắng cho bạn? (Tất nhiên, ba bước đầu tiên này được tiến hành bằng cách sử dụng mũ màu xanh da trời - bạn đang quyết định nghĩ về điều gì, và làm thế nào tiếp cận vấn đề của mình).

4. Sử dụng một trang giấy để ghi chép suy nghĩ của bạn, đi qua cả sáu chiếc mũ. Sử dụng bao nhiêu thời gian tùy thích, nhưng viết ít nhất ba ý với mỗi chiếc mũ. Suy nghĩ của bạn cần đề cập đến những câu hỏi dưới đây:

Màu trắng: Thông tin nào giúp tôi đẩy mạnh quá trình đưa ra quyết định? Làm thế nào để tôi có những thông tin đó? (Từ ai? Ở đâu?).

Màu đỏ: Thực sự tôi cảm thấy như thế nào? Linh cảm của tôi trong vấn đề này là gì?

Màu đen: Những rủi ro và khó khăn có thể xảy ra là gì? Viễn cảnh xấu nhất là gì?

Màu vàng: Tất cả những lợi thế là gì? Kết quả tốt nhất là gì?

Màu xanh lá cây: Những phương pháp hoàn toàn mới, thay thế,

mang tính sáng tạo nào tôi nghĩ ra? Ý tưởng sáng tạo tôi có thể tưởng tượng ra để giúp tôi nhìn vấn đề theo cách mới?

Màu xanh da trời: Cuối cùng, xem xét lại ý tưởng của bạn. Tóm tắt lại những điều bạn đã học được từ cách thể hiện toàn diện suy nghĩ của bạn về vấn đề đã chọn, và quyết định bước tiếp theo.

Khi đã hoàn tất, tập hợp tất cả sáu tờ giấy và xem xét chúng cẩn thận. Bạn có thể phát hiện ra rằng "đội mũ vào” giúp bạn nghĩ ra nhiều ý tưởng hơn trong mỗi lĩnh vực.

♦ ♦ ♦ ♦

Kết thúc chương này, chúng ta đã hoàn thành hai trong ba khía cạnh của phương pháp học tập đỉnh cao mà chúng ta bắt đầu tìm hiểu: mặt dễ xúc động hay cảm xúc của việc học tập (Chương 2, 3, và 4), mặt nhận thức, hay lý trí của học tập (Chương 5, 6, và 7). Vậy còn lại gì?

8. THIẾT KẾ MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP TỐI ƯU

Có thể bạn đã từng bước vào phòng học hay phòng làm việc của ai đó và nghĩ: "Nơi này thật tuyệt vời! Không có gì ngạc nhiên là tại sao cô ấy làm việc hiệu quả đến vậy. Bất cứ ai cũng mong muốn được học tập và sáng tạo trong môi trường này". Một nơi học tập phù hợp cũng sẽ có tác dụng tương tự đối với bạn. Đó có thể là bất cứ nơi nào: từ một căn phòng được thiết kế tỉ mỉ trong nhà bạn, hay một góc trong phòng ngủ. Nơi làm việc thoải mái là điều kiện quan trọng dẫn đến kiểm soát những tiến bộ của bản thân. Khi được hỏi: "Một người phụ nữ cần gì để có thể sáng tác?", Virginia Woolf đã trả lời bằng một cụm từ đã trở thành tiêu đề một cuốn sách của bà: "Một phòng của riêng họ."

Có lẽ đó là lý do tại sao từ "study" vừa có nghĩa là sự học tập, nghiên cứu vừa có nghĩa là địa điểm hoạt động đó diễn ra. Nhiều học giả lớn trong lịch sử đã tạo ra cho mình nơi lý tưởng để học. Thậm chí, những nhà quản lý hiệu quả nhất hiện nay nổi tiếng bởi sự thận trọng và tinh tế, đã thiết kế văn phòng làm việc của mình để tạo điều kiện thuận lợi nhất cho việc học tập, suy nghĩ, và đưa ra quyết định. Khi thật sự chú tâm vào một vấn đề nào đó cần phải nghiên cứu, bạn muốn ở nơi bạn có thể làm việc tốt nhất, nơi bạn có thể thu mình trong những suy nghĩ, ý tưởng của riêng mình.

Hai nghĩa của từ "study" đã thể hiện một sự thật quan trọng: khi bạn bước vào phòng học, bạn không chỉ bước tới một căn phòng cụ thể mà còn nhập vào một tâm trạng và thái độ, trạng thái tinh thần hiệu quả - Học tập đỉnh cao. Cách bạn thiết kế, sắp xếp không gian học tập có thể giúp rất nhiều trong việc khơi dậy những cảm xúc và trạng thái tinh thần dẫn tới hoạt động hiệu quả, làm việc học tập trở nên đơn giản và thú vị hơn.

Những năm qua, tôi có cơ hội được gặp gỡ những học giả nổi tiếng nhất hiện nay, trong số đó có nhà tương lai học, Alvin Toffler, và triết gia Sidney Hook. Điều làm tôi chú ý là cách mà môi trường/học tập cho biết rất nhiều về phong cách làm việc của họ.

Phòng làm việc của Toffler là căn phòng công nghệ cao, không chút khiếm khuyết với thiết bị vi tính và thiết bị xử lý văn bản tối tân. Bằng những thiết bị này ông có thể giám sát và thu thập nguồn thông tin trên toàn thế giới. Mặt khác, nhà triết học Sidney Hook lại có một phòng làm việc theo kiểu cổ điển, bừa bộn. Đó là nơi ẩn náu của vị giáo sư, với sách, tạp chí, các bản viết tay vứt ở khắp nơi theo một hệ thống mà chỉ chủ nhân của chúng mới biết. Cả hai môi trường này đều phù hợp với người tạo ra chúng. Cả hai đều là nơi làm việc lý tưởng. Và cả hai người đều nói: "Nơi này thật tuyệt vời!".

Một thành viên nhận xét: "Đơn giản, tôi làm được lượng công việc gấp đôi trong cùng một khoảng thời gian vì tôi có mọi thứ mình cần ngay trong tầm tay - bao gồm cả một thái độ đúng đắn."

Chọn nơi làm việc và tự thiết kế nó là phương thức tự xem xét bản thân nghiêm túc. Trên thực tế, bạn đang nói với bản thân và người khác rằng: "Việc phát triển trí óc của tôi cũng là một phần quan trọng của cuộc sống như ăn, ngủ, giao tiếp với mọi người, và làm việc - và tôi cần một nơi để làm việc đó". Việc đó làm tăng ý thức của bản thân bạn với tư cách là người học tự định hướng, và báo hiệu cho người khác sự cam kết đó.

Còn một lý do nữa giải thích tại sao nơi học tập lại quan trọng đối với việc bạn hoạt động hiệu quả nhất. Hiện nay, các nhà tâm lý học đã biết rằng học tập là "trạng thái riêng biệt" nằm trong một số yếu tố quan trọng. Điều đơn giản này có nghĩa là việc học tập của chúng ta được liên hệ với một trạng thái riêng biệt mà chúng ta có khi thực hiện nó.

Nguyên tắc này được áp dụng như một số cách dưới đây. Tôi sẽ bàn về việc màu sắc, âm thanh, đồ họa đóng góp như thế nào vào năng suất và tính hiệu quả của việc học tập của bạn. Bạn sẽ học cách kết hợp những nhân tố này phục vụ việc học tập bằng cách tạo ra những dấu hiệu trạng thái riêng biệt phù hợp với bạn.

QUAN ĐIỂM CÁ NHÂN CỦA BẠN

Đơn giản bắt đầu từ việc xác định một số yếu tố hình thành nên môi trường học tập lý tưởng đối với bạn. Trước hết, hãy nhớ lại một trường hợp cụ thể bạn cảm thấy ấn tượng với không gian làm việc hay phòng làm việc của ai đó. Điều gì làm cho căn phòng bạn đang

nghĩ tới đặc biệt cả về sự thoải mái và năng lực tiềm ẩn? Khi tôi hỏi sinh viên của mình câu hỏi này, họ thường nhớ những đặc điểm sau đây khi ở trong những căn phòng như vậy. Có bao nhiêu đặc điểm trùng với ý nghĩ của bạn?

- Trang trí nội thất - bao gồm ánh sáng, màu sắc, âm thanh cũng như những bức tranh hấp dẫn và dễ tạo liên tưởng, ảnh chụp, biểu đồ, những câu tục ngữ, đồ vật, hay cây cối.

- Đồ đạc - những chiếc ghế, bàn, giá, bảng phân công lao động, và đèn phù hợp.

- Công cụ - chính xác những vật dụng cần thiết, trong tầm tay, thiết kế tỉ mỉ (máy vi tính, máy chữ, bút viết...).

- Tài nguyên - phụ thuộc vào loại văn phòng hay phòng làm việc mà bạn muốn, tài nguyên có thể là một cuốn từ điển tổng hợp, hiện hành (cho các nhà văn) cho đến các thiết bị dành cho các studio ảnh và phòng tối.

- Tiếp tục hình dung ra nơi học tập lý tưởng của bạn trong bài tập tiếp theo đây. Hình ảnh bạn hình dung ra sẽ là hình ảnh bắt đầu của bạn.

♦ ♦ ♦ ♦

Hình dung góc học tập của bạn

Ghi lại câu trả lời cho những câu hỏi dưới đây vào nhật ký học tập của bạn hay vào một tờ giấy rời:

1. Bạn muốn đặt góc học tập của mình ở đâu? (Trong nhà bạn? Nếu như vậy, thì ở vị trí nào? Một góc trong phòng làm việc của bạn?)

2. Bạn thích nó rộng bao nhiêu?

3. Bạn thích loại âm thanh nào? (Yên lặng, hay với một số tiếng động, nếu bạn chọn có tiếng động, thì đó là loại nào? Về mặt âm thanh, mang tính riêng tư hay mở từ bên ngoài).

4. Bạn thích cách phối màu, ánh sáng nào? (Mạnh hay dịu? Ánh

sáng đèn hay ánh sáng khuyếch tán? Tự nhiên hay nhân tạo?).

5. Bạn muốn trang trí nội thất kiểu gì? Kiểu phối màu, phủ nền nhà, trang trí, tranh ảnh?

6. Bạn muốn có thiết bị gì? (Máy chữ hay máy tính, bảng vẽ hay các công cụ chụp ảnh,...).

7. Bạn muốn có những đồ đạc nào? (Loại ghế, bàn viết hay bàn làm việc, tủ sách hay tủ nhiều ngăn...).

Bây giờ trên một tờ giấy khác, hãy vẽ bản phác thảo toàn bộ căn phòng. Đừng lo lắng nếu bạn cảm thấy mình không có năng khiếu vẽ hay thiết kế. Nó dùng để cho bản thân bạn tham khảo sau đó, vào cuối chương này.

♦ ♦ ♦ ♦

ĐIỀU CHỈNH MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP

Bây giờ chúng ta tìm hiểu một số lựa chọn và tài nguyên mà bạn đã không nghĩ đến. Khi đọc, hãy đặt những ghi chép về nơi học tập lý tưởng ở bên cạnh, nhưng chỉ ghi ngắn gọn bất kỳ ý tưởng bạn muốn thay đổi khi bạn đã biết thêm được về những câu hỏi bạn định đặt ra hay những khả năng có thể xảy ra.

Bạn có thể bắt đầu với việc trang trí nội thất, bao gồm việc sử dụng ánh sáng, âm thanh, trang trí như sinh viên của tôi vẫn thường làm.

Âm thanh

Qua hàng thập kỷ, giáo viên vẫn luôn dạy học sinh của mình là họ không thể học tốt khi mà đài hay ti vi mở. Thế nhưng nhiều sinh viên thành công đã làm như vậy. Hiện nay, các nhà tâm lý học đang tìm hiểu nhận thức của trẻ về loại âm thanh gì phù hợp với chúng.

Theo giáo sư Rita Dunn, một trong những chuyên gia hàng đầu về sở thích của người học: “Các giáo viên và chuyên gia thường áp đặt sở thích của mình về việc có âm thanh hay không lên sinh viên trong quá trình học, họ cho rằng nếu họ cần yên tĩnh để tập trung thì mọi người

khác cũng như vậy”. Bà trích dẫn những nghiên cứu đã đưa ra rằng: “Chính sự khác biệt ở hoạt động của hệ thần kinh đã khiến những người hướng ngoại muốn học tập trong một môi trường sôi động, trong khi những người hướng nội thích một môi trường tĩnh lặng, êm đềm ít bị làm phiền”.

Vì vậy bạn nên tự do đưa sở thích, cá tính của riêng mình vào góc làm việc của bạn. May mắn là, thậm chí bạn cứ thực hiện điều này cả khi bạn không có một môi trường âm thanh tách biệt. Nếu bạn thích tiếng động nhưng không muốn làm phiền người khác trong môi trường đó, đã có tai nghe và những thiết bị tương tự đi kèm với Walkman. Mặt khác, nếu bạn thích yên tĩnh nhưng góc học tập của bạn không có môi trường âm học tách biệt, một cái bịt tai đơn giản có thể làm giảm bớt tiếng ồn bên ngoài hết sức hiệu quả đến mức bạn có thể dễ dàng bỏ qua những âm thanh còn sót lại.

Vẫn còn một khía cạnh khác của âm thanh ở nơi học tập liên quan đến trạng thái học tập cụ thể. Thực tế, bạn có thể sử dụng những âm thanh riêng biệt như âm nhạc, để làm dấu hiệu cho việc học tập và sáng tạo của mình.

Vẫn còn nhiều bằng chứng nữa chứng tỏ rằng âm thanh có cải thiện khả năng học tập của bạn. Tiến sỹ, nhà giáo dục người Bungary, Giorgio Lozanov là người đi tiên phong trong việc phát triển kỹ năng thúc đẩy quá trình học tập. Trong một nghiên cứu, Lozanov đã làm việc với các sinh viên đang theo học ngoại ngữ. Ông phát hiện ra rằng nếu ông chơi nhạc theo trường phái Barốc làm nhạc nền khi họ học, những sinh viên này nhớ được nhiều từ mới hơn là khi họ học trong môi trường yên tĩnh. Nhạc nền dường như đã nâng cao đáng kể kỹ năng học tập của họ.

Dù bạn đã được dạy là học tập cần sự yên tĩnh hay chưa, hãy tự do thử nghiệm với tiếng động như một phần của môi trường học tập đỉnh cao của mình. Thử vài loại âm thanh khác nhau với những đối tượng học tập khác nhau, và hãy xem liệu loại nào làm cho bạn cảm thấy thoải mái và tập trung vào vấn đề mà mình đang học. Nhớ rằng, vấn đề cơ bản của phương pháp học tập đỉnh cao là khám phá ra làm thế nào để bạn học hiệu quả nhất.

Ánh sáng

Một trong những bài tập đơn giản nhất tôi tiến hành với nhóm của mình là yêu cầu một sinh viên ngồi trước một cuốn sách và đề nghị người đó đọc một trang trong đó. Tiếp theo, trước khi yêu cầu sinh viên đó đọc trang sau, tôi thay bóng đèn 60W ở gần vị trí ngồi bằng một bóng đèn 90W. Sinh viên đó không ngừng thốt lên: “Thật tuyệt vời!”. Đặc biệt khi chúng ta già đi, và thị lực chúng ta bị giảm sút, thì việc đơn giản như tăng công suất của bóng đèn cũng là điều tuyệt vời.

Nhưng có một vấn đề lớn hơn về ánh sáng và học tập. Các nhà tâm lý học phát hiện ra rằng nhiều người lâm vào tình trạng chán nản theo mùa khi ánh sáng tự nhiên từ mặt trời yếu đi vào mùa đông. Tình trạng này có thể điều trị thành công chỉ bằng cách tăng ánh sáng trắng trong môi trường của bạn. Hãy nghĩ lại bất kỳ sự khác biệt nào đó giữa các mùa trong thói quen học tập của bạn.

Màu sắc

Gần đây, sự ảnh hưởng của màu sắc trong cuộc sống chúng ta đã được đề cập đến rộng rãi trong các cuốn sách, các khóa học, và các hội thảo diễn ra trên khắp nước Mỹ. Cách sử dụng màu sắc được các nhà tâm lý học khám phá trong nhiều lĩnh vực từ chữa bệnh đến việc đạt được thành công. Ví dụ, nếu bạn vừa ghé vào một bệnh viện, bạn có thể để ý thấy rằng các màu sáng hiện được sử dụng rộng rãi để cải thiện tinh thần và thúc đẩy quá trình hồi phục. Thậm chí bạn có thể thuê một cố vấn về màu sắc để cho bạn biết màu nào là tốt nhất với bạn. Họ thường gợi ý màu khác nhau cho các mùa khác nhau trong năm. Và, nếu bạn là phụ nữ, họ còn đề nghị những màu phù hợp khi trang điểm. Bí quyết này cũng có thể sử dụng trong học tập, mặc dù một số cách sẽ làm bạn ngạc nhiên.

Trước tiên bạn có thể chọn một cách phối màu cho góc học tập làm bạn cảm thấy hài lòng. Tuy nhiên, quan trọng hơn là bạn có thể chọn được màu thực sự khơi dậy cho bạn cảm giác hứng thú học tập.

Ví dụ, dưới đây là một số trạng thái cảm giác tích cực mà nhiều sinh viên của tôi muốn tạo ra cho việc học tập của họ.

- Tràn đầy sinh lực: da cam - trắng, vàng - lục, lục - tía, xám - đỏ, lam - da cam. “Những màu sắc như trên mang rất nhiều năng lượng và chúng truyền năng lượng đó cho bất kỳ vật dụng gì sử

dụng chúng”.

- Mạnh mẽ: đỏ - da cam, da cam - lam, đen - vàng, đỏ - đen, đen - da cam. “Những màu sắc rực rỡ, giàu năng lượng như trên gợi lên sự sống, sức khỏe, sự tự tin, hài hước và tuổi trẻ”.

- Tươi mới: vàng - lục, lam - xám, lam - trắng, lục - lục sáng, lục - trắng: “Sử dụng phối hợp màu sắc như trên để làm nơi học tập trở nên sáng sủa và tạo cái nhìn dễ chịu, tươi mát.”

Cũng có thể sử dụng màu sắc để tài liệu học tập trở nên dễ dàng sắp xếp hơn và tạo hưng phấn hơn. Bạn có thể mã hóa bốn hoặc năm sở thích lớn của mình bằng màu sắc khi sử dụng một màu khác nhau cho mỗi sở thích. Như vậy, cặp tài liệu, vở ghi chép và thậm chí bút ghi màu đỏ có thể giúp bạn nhận ra một lĩnh vực nào đó mà bạn quan tâm, trong khi đồ dùng màu xanh dương hay vàng hay xanh lá lại là dấu hiệu của một lĩnh vực khác. Một hệ thống màu sắc như vậy làm thời gian xác định từng lĩnh vực được rút ngắn - cụ thể như khi cần phải lấy ngay cặp tài liệu chính xác dành cho cuộc họp mà bạn đang vội tham dự.

Nhưng đáng kể hơn cả là tác động về mặt tâm lý, một biểu hiện khác của trạng thái học tập cụ thể. Màu sắc khác biệt của mỗi đối tượng truyền cho bạn năng lượng khi bạn làm việc với nó. Màu sắc khơi dậy trạng thái và tái tập hợp các cảm xúc về điều bạn đã đang thực hiện trong lĩnh vực đó. Hãy nhớ lại những tranh luận về sáu chiếc mũ tư duy của Edward de Bono trong Chương 7. Màu sắc được sử dụng để kích hoạt từng phần khác nhau của não bộ đối với từng chiếc mũ để giúp bạn suy nghĩ theo những hướng khác nhau.

Hình ảnh và cách trình bày

Nơi học tập phải luôn chào đón và khuyến khích bạn với những đồ vật khơi dậy sở thích và đam mê mạnh mẽ. Bạn truyền cảm hứng cho bản thân bằng cách bày những bức ảnh, tranh vẽ hay những hình ảnh về con người, khung cảnh và sự kiện thuộc lĩnh vực của bạn hay dán những bản đồ tư duy về vấn đề bạn đang nghiên cứu và các từ chìa khóa nổi lên trong quá trình học. Thậm chí, bạn có thể đóng khung những câu khẳng định về vấn đề bạn tìm hiểu hay lời nói trích dẫn của những người bạn ngưỡng mộ.

Đồ nội thất

Phần lớn chúng ta có trí tưởng tượng hạn chế trong khi hiện nay có rất nhiều loại đồ nội thất do những nhà thiết kế đương đại tạo ra. Nếu bạn chưa xem chất lượng thiết kế nội thất thời gian gần đây, hãy tìm nguồn cung cấp đơn giản nhất từ một cửa hàng nội thất văn phòng và nhà ở. Trí tưởng tượng của bạn sẽ bị kích thích bởi nhiều cách kết hợp chất liệu, màu sắc, và hình dáng một cách mới lạ của các nhà thiết kế để tạo sự thoải mái và hiệu quả. Và đôi khi bạn thấy giật mình bởi một số thiết kế đã rất cổ lại có thể mang đến những tác động tốt.

Ví dụ, vài thập kỷ trước, các nhà thiết kế đã phản đối loại bàn có nắp cuộn theo kiểu cổ và giới thiệu ý tưởng hiện đại về loại mặt bàn bằng gỗ, formica, hoặc thủy tinh sạch bóng. Gần đây, những nhà thiết kế tiên phong đã nhận ra rằng bàn có nắp cuộn thực sự hữu ích cho việc học tập. Bằng cách để nguyên tài liệu của bạn như tại thời điểm ngừng làm việc mà chỉ đóng nắp cuộn, khi bạn mở nắp ra lúc quay trở lại, có nhiều dấu hiệu cho biết bạn đang dừng lại ở đâu và cần làm gì tiếp theo. Mặt khác, việc dọn dẹp, bỏ tất cả mọi thứ vào một kẹp tài liệu, hay một thùng chứa còn làm phá hỏng mô hình mà bạn đã sắp xếp vấn đề đang thực hiện và có thể khiến bạn tốn rất nhiều thời gian để tìm ra bạn đã dừng lại ở đâu.

GIẢI QUYẾT CÁC VẤN ĐỀ VỀ MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP

Tất cả chúng ta đều gặp phải những trở ngại trong quá trình học tập. Đối với một số người, đó có thể là sự gián đoạn do ai đó hay do điện thoại có mặt ở khắp mọi nơi; với những người khác, đó có thể là tiếng ồn, những hình ảnh làm họ sao nhãng, hay thậm chí là tâm trạng bực bội trong người do tư thế không thoải mái.

Cách giải quyết tốt nhất trong những trường hợp trên là xử lý chúng như những lỗi trước đây. Lỗi cũ giúp tạo ra động lực để đưa ra hành động chính xác. Để xử lý vấn đề theo cách này, đơn giản chỉ cần xác định bất cứ điều gì đã cản trở việc học tập của bạn trong trường hợp cụ thể, và xem bạn đã xử lý vấn đề đó như thế nào. Gần như luôn có giải pháp thiết thực. 80% những vấn đề do người tham dự hội thảo của tôi đưa ra liên quan đến một trong năm vấn đề sau, với mỗi vấn đề tôi gợi ý các giải pháp như dưới đây:

- Tạp âm: Cái bịt tai có thể là một mẹo nhỏ.
- Hình ảnh làm mất tập trung: Một tấm màn đơn giản có thể có hiệu quả.
- Sự không thoải mái về cơ thể: Xem xét tư thế, ghế ngồi, chiều cao của ghế và bàn học hay bàn làm việc.
- Sự gián đoạn do điện thoại: Thử dùng một chiếc máy trả lời tự động để nhận tin nhắn và hiển thị cuộc gọi.
- Sự gián đoạn do những người xung quanh: Hãy cho họ biết dấu hiệu đơn giản thể hiện bạn đang làm việc và không muốn bị làm phiền.

XEM XÉT LẠI QUAN ĐIỂM CỦA BẠN

Sau khi nắm được những thông tin về ảnh hưởng của môi trường và có thể cải thiện việc học tập, nhiều sinh viên trong nhóm của tôi đã xem xét lại kế hoạch của họ về không gian học tập cá nhân. Để kích thích trí tưởng tượng của bạn đi xa hơn nữa, tôi muốn chia sẻ một điển hình mà họ đã nghĩ tới từ đơn giản nhất cho đến tham vọng nhất.

Marge Raymond, nhân viên bán hàng, đồng thời là một nhà thơ sống ở Lincoln, Nebraska phác thảo.

Tôi không yêu cầu có thêm không gian cho mình, đối với tôi điều đó thật xa xỉ. Vì vậy, tôi biết nơi làm việc của tôi sẽ không thật sự lý tưởng và chính xác. Nhưng người ta nói rằng chúng ta nên bắt đầu, vì vậy tôi đã bắt đầu, và nó mang lại kết quả. Chỉ một chút cải tiến nho nhỏ dưới đây đã tạo ra sự khác biệt lớn trong học tập cũng như hình ảnh của bản thân.

Tôi thực hiện trong điều kiện hạn chế bởi hai yếu tố người ta cần nhất để thực hiện chính xác: không gian và tiền bạc.

Tôi xem xét những mặt bàn mà người ta có thể đẩy ngang tường và đóng chốt lại khi không sử dụng, một thủ thuật cũ: cửa kéo che hai ngăn tủ chứa tài liệu, và cách cho bàn ăn rộng gấp đôi giống như bàn học. Tôi đã tự tay làm tất cả, đánh giấy nhám, trát vữa, và sơn tường.

Cảm giác thật tuyệt vời khi hoàn thành công việc thành công dưới sức ép phải tạo ra giải pháp tốt nhất đối bản thân. Với tôi, nơi riêng tư này thể hiện rằng tôi đang thực hiện học tập cá nhân của mình. Sau nhiều năm động não vì những người khác trong không gian của họ, giờ tôi làm công việc của tôi, vì bản thân tôi, trong không gian của riêng mình.

Lần này, bạn sẽ mang tới cho bài tập dưới đây những ý thức về khả năng đã được bổ sung.

♦ ♦ ♦ ♦

Góc học tập lý tưởng của bạn - hình ảnh tái hiện

Hình dung lại một lần nữa môi trường học tập tối ưu của bạn. Với những gì bạn đã đọc, hãy sử dụng tất cả các giác quan của mình, bây giờ bạn thêm gì và bớt gì trong "căn phòng của riêng bạn”? Bạn điều chỉnh cách trang trí nội thất, đồ nội thất, vị trí, thiết bị, dụng cụ cần thiết, ánh sáng, và màu sắc như thế nào? Bạn cải thiện tình trạng học tập của mình như thế nào?

Nhớ lại xem bạn đã biết gì về cách học cá nhân và đọc lại hồ sơ của bạn mà bạn đã viết ở cuối Chương 5 với tư cách một học viên. Điều này có gợi ý gì cho bạn về cách bạn có thể thiết kế góc học tập và điều kiện học tập hiệu quả nhất không?

Danh sách câu hỏi đã chỉnh sửa dưới đây được thiết kế để tới gần những điều bạn vừa biết được về môi trường học tập lý tưởng của mình. Chú ý rằng viết câu trả lời cho mỗi câu hỏi ra giấy.

1. Mô tả vị trí và kích thước không gian học tập lý tưởng của bạn.

2. Bạn thích môi trường âm nhạc nào trong học tập? Loại âm thanh nào (nếu có) có thể kích thích bạn học tập có hiệu quả nhất?

3. Dựa vào phần trước, cách phối màu nào bạn nghĩ là sẽ làm tăng sự thoải mái và khả năng học tập của mình?

4. Miêu tả kiểu ánh sáng và đồ nội thất có thể giúp bạn đạt được mục tiêu học tập nhiều nhất.

5. Kiểu trang trí nào: tranh ảnh, khẩu hiệu, vật lưu niệm, đồ vật, hay bất cứ cái gì sẽ truyền cảm hứng làm bạn học tốt nhất?

6. Loại thiết bị nào bạn cần, từ giá vẽ đến máy tính - để hỗ trợ và thực hiện kế hoạch học tập của bạn? Làm thế nào để sắp xếp những công cụ đó hợp lý nhất trong không gian bạn đã miêu tả trong câu trả lời thứ nhất để có thể lấy chúng dễ dàng khi cần?

♦ ♦ ♦ ♦

Bây giờ, bạn có thể làm gì với những gì bạn đã học và tưởng tượng về không gian học tập lý tưởng của bạn?

KẾ HOẠCH HỌC TẬP ĐẦU TIÊN: KHÔNG GIAN HỌC TẬP CÁ NHÂN

Là ví dụ mở đầu của kế hoạch học tập, chương này sẽ cung cấp cơ sở cho một kế hoạch về chính chủ đề này. Đây sẽ là định hướng cho những yêu cầu cụ thể hơn của bạn trong vài tuần tới khi bạn ghé thăm cửa hàng văn phòng phẩm và nội thất; xem qua cửa hàng sách và thư viện để tìm sách về thiết kế nội thất, cách tổ chức cho cá nhân mỗi người, và các hệ thống học tập; và nói chuyện với những người mà bạn ngưỡng mộ không gian học tập của họ (tham quan những góc học tập đó nếu bạn có thể). Kết quả là bạn có thể thiết kế cho mình một không gian học tập phù hợp, tạo cảm hứng, và thiết thực.

Đây là một đề cương mẫu cho kế hoạch như vậy. Nó chỉ là ví dụ nhỏ về cách bạn sắp xếp việc học tập của mình. Cứ thoải mái thay đổi theo các hướng khác nhau sao cho phù hợp với cách học của bạn.

Mục đích: để thiết kế một môi trường học tập như mong muốn và thiết thực cho bản thân.

Lý do: tôi vừa quyết định học tập nghiêm túc để đạt hiệu quả cao và hứng thú bao gồm cả mặt thể chất.

Kinh nghiệm và kiến thức đã có: trong quá khứ, tôi đã có một số kinh nghiệm cả tốt và xấu với môi trường học tập, tôi sẽ kiểm tra lại để tìm ra cái gì là phù hợp với mình.

Môi trường: đó là tất cả những mối quan tâm chính.

Phương pháp: tôi sẽ tiếp cận với điều này bằng cách sử dụng những gì đã biết về cách học của mình (đi tới cửa hàng gần nhất có những đồ nội thất, thiết bị, và dụng cụ cần thiết hiện đại, nghiên cứu kỹ về thiết kế nội thất ở thư viện; bắt đầu phác họa các cách sắp xếp khác nhau và đưa nó cho những người bạn có cảm nhận tốt về thiết kế...)

Nguồn tài nguyên: bên cạnh các tài nguyên đã được giới thiệu trong phần "Phương pháp", còn có các cửa hàng bán đồ nội thất và công cụ đặc biệt hấp dẫn thuộc lĩnh vực của tôi (cửa hàng văn phòng phẩm, cửa hàng cung cấp vật dụng cho nghệ thuật, ...), phòng trưng bày nghệ thuật, xưởng in, và cửa hàng mày tính; sách và tạp chí về thiết kế nội thất và thiết kế công nghiệp, có thể tìm thấy ở các thư viện; các nhà thiết kế nội thất trong số các bạn của tôi, người quen, và đồng nghiệp.

Kết quả

1. Danh sách các đồ nội thất, trang bị, tài nguyên, và các dụng cụ cần thiết cho không gian học tập của tôi.

2. Sơ đồ bố trí chúng.

3. Đánh giá các mục 1 và 2 của ai đó có kiến thức trong lĩnh vực thiết kế nội thất.

Trong chương này, chúng ta đã xem xét một số yếu tố về môi trường giúp việc học tập của bạn đơn giản, thú vị và hiệu quả hơn. Bạn đã biết việc kết hợp màu sắc, ánh sáng, và âm thanh kích thích trạng thái bạn học và nhớ tốt hơn như thế nào. Bạn cũng có thể thấy việc thiết kế không gian học tập cho riêng mình là một việc rất bổ ích, một cách tự cho mình thấy là bạn đang học tập nghiêm túc.

9. HỌC TẬP ĐỈNH CAO TRONG KHÔNG GIAN ẢO

Bạn sẽ gặp những người có phương pháp học tập đỉnh cao; sử dụng việc trao đổi điện tử đang nổi lên hiện nay để đạt mục tiêu của mình. Tương tự, những phương pháp đó cũng có thể giúp bạn.

- Emily Weiner có được bằng cử nhân tại trường Đại học bang New York - trong khi cô chỉ ngồi trước máy vi tính ở Bellingham, Washington.

- Ellen Callanhan giúp hướng dẫn quyết định đầu tư ở trung tâm môi giới lớn, sử dụng dữ liệu điện tử.

- John Seabrook đã tìm thấy thần Baal - vị thần thịnh vượng của người Phê-ni-xi cổ đại, đã ám ảnh trí tưởng tượng của ông trong nhiều năm.

- Harold Rheingold chủ yếu sống cuộc đời đầy trí tuệ và sáng tạo của mình ở trên mạng, sử dụng máy vi tính để tạo điều kiện thuận lợi cho việc tư duy, sáng tạo, giải quyết vấn đề, và bào chữa.

- Patrick McGrady giám sát các nghiên cứu y học trên toàn thế giới, và cập nhật thông tin mới nhất về nghiên cứu từng phút từ bàn làm việc trong những khu rừng thuộc bang Oregon.

Những người này - cùng hàng triệu người trên khắp thế giới khác, thấy rằng họ sử dụng máy vi tính và công nghệ mới khác để đáp ứng rất nhiều nhu cầu khác nhau. Đây là lĩnh vực thú vị để chúng ta khám phá mục tiêu, từ việc kiếm một tấm bằng hay chứng chỉ, theo đuổi một ngành học mà không phải nghỉ việc, đến đơn giản là làm cho cuộc sống thú vị hơn nhờ theo đuổi một niềm đam mê.

Trong cuộc đời của chính bản thân, tôi nhận thấy những công nghệ mới này đã giúp tôi theo đuổi sự nghiệp học hành mà tôi luôn mong muốn, tuy chúng đòi hỏi phải tiêu tốn tiền bạc và gây ra vài phiền toái.

Thật không may, người tiêu biểu trong lĩnh vực này, Giáo sư S.I. Hayakawa lại giảng dạy ở West Coast, trong khi tôi lại đang kẹt tại New York.

Tuy nhiên, tôi phát hiện ra mình có thể mượn các cuốn phim có bài giảng của Giáo sư Hayakawa ở thư viện công cộng. (Ý tôi là những bộ phim được tráng trên xenluloit, đựng trong một hộp bằng bạc lớn, giống như trong các rạp chiếu bóng. Thời kỳ đó chưa có băng video, CD-ROM,...)

Vì vậy, tôi mượn những bộ phim này, thuê máy chiếu và màn hình, và đặt chúng trong phòng khách. Thật ra đó cũng là căn phòng duy nhất của tôi).

Ngày nay bạn không cần phải thuê máy chiếu và lôi về nhà những bộ phim để trong hộp bằng kim loại để có được sự tiện nghi, thoải mái và hình thức tương tác đó. Đây là lý do tại sao tôi hứng thú với việc sử dụng máy vi tính, cũng như băng hình, băng ghi âm đối với việc học tập nghiêm túc.

TRƯỜNG ĐẠI HỌC ẢO

Chúng ta hãy xem xét kỹ hơn việc theo đuổi một khóa học chính quy qua mạng Internet là gì.

"Tôi nhìn thấy trường đại học của mình lần đầu tiên năm giờ trước khi tốt nghiệp". Emily Weiner nói: "Khuôn viên trường đại học đối với tôi cho đến ngày hôm đó chỉ nằm gọn trong chiếc máy vi tính".

Cô giải thích: "Tôi sống ở Bellingham, Washington. Trong một năm rưỡi, tôi đã liên lạc với trường Cao đẳng thành phố New York thuộc trường Đại học bang New York qua modem".

Và Emily cảm thấy thế nào về hình thức đào tạo đại học mới này? Không thảm cỏ, không giải bóng đá, không các vấn đề về đỗ xe.

Cô cho biết là: "Tôi cảm thấy thật tuyệt vời. Mối quan hệ của tôi với giáo viên phát triển qua mạng máy tính. Thay cho các buổi gặp mặt hàng tuần trong văn phòng của bà ở Nyack, New York, chúng tôi trao đổi qua email vài ngày một lần. Chúng tôi sử dụng thư thông thường để gửi các kiện sách giáo khoa và các tài liệu khác".

Còn về hoạt động của lớp học và mối quan hệ với các sinh viên khác? "Giáo viên gặp tôi và các sinh viên khác trên mạng. Tôi để ý thấy điểm khác biệt lớn nhất so với một buổi thảo luận trong lớp học truyền thống là việc có thêm thời gian để sửa ý kiến đóng góp của chúng tôi và không có tình trạng những người khác chờ đến lượt họ được phát biểu. Tại đây, chúng tôi phát triển những suy nghĩ của mình một cách hoàn chỉnh hơn và đưa ra nhận xét thẳng thắn về sự phức tạp của các chủ đề thay vì chỉ đưa ra các quan điểm riêng lẻ, kế tiếp nhau."

Làm thế nào bạn có thể xác định học trực tuyến phù hợp với bạn hay không? Dưới đây là một số tình huống của cuộc sống trong đó hình thức hướng dẫn trực tuyến trở nên rất tiện lợi - và đôi khi, nó là con đường khả thi duy nhất để tiếp tục việc học tập chính quy.

Ai có thể được lợi từ trường đại học ảo.

Bạn có thể được lợi từ trường đại học ảo nếu bạn:

- Muốn theo đuổi việc học cao hơn. Muốn có bằng tốt nghiệp phổ thông, chứng chỉ, bằng đại cương, bằng cử nhân, thạc sỹ hay tiến sỹ.
- Phải làm việc bán thời gian hoặc làm cả ngày.
- Sống ở những vùng xa hoặc nơi việc giao thông vào mùa đông bị hạn chế.
- Phải chăm lo cho gia đình.
- Muốn nâng cấp/cập nhật kỹ năng nghề nghiệp để thăng tiến trong sự nghiệp.
- Muốn học một nghề mới trong khi bạn vẫn đang làm một nghề khác.
- Tiếp tục học để duy trì và gia hạn chứng chỉ.
- Muốn hoàn thành tấm bằng mà bạn sắp hoàn thành nhưng phải dừng lại vì lý do cuộc sống.

- Đang học trung học và muốn học trước để có một chứng chỉ đại học.
- Đang ở trong quân đội.
- Thường xuyên di chuyển.
- Có khó khăn về sức khỏe.

Nguồn: Pam Dixon,

Trường Đại học ảo (hướng dẫn của Peterson).

Khi đã xác định, đào tạo từ xa là phù hợp và thú vị đối với mình, bạn sử dụng các hướng dẫn trích ở trên để tìm ra nơi cung cấp khóa học hay chương trình bạn mong muốn. Bạn đánh giá chương trình cụ thể đó như thế nào? Bạn đặt ra câu hỏi nào để chắc chắn có được cái mình muốn theo cách bạn cần nó?

Bảng câu hỏi để đánh giá các khóa học trực tuyến

Nội dung khóa học

- Khóa học bao hàm những vấn đề gì?
- Thông tin sẽ được cung cấp như thế nào?
- Khóa học sẽ kéo dài bao lâu?
- Người học phải hoàn thành các công việc của khóa học trong thời gian bao lâu?
- Phương thức đánh giá học viên là gì?
- Loại hình khóa học? (Cấp tín chỉ hay giấy chứng nhận?)
- Khóa học tín chỉ có thể liên thông như thế nào?

- Ai là giảng viên/người đào tạo?
- Giảng viên/người đào tạo đó có bằng cấp gì?
- Khóa học này so với khóa học trực tiếp thì như thế nào?
- Người học tương tác với nhau ra sao?
- Người học giao tiếp với giáo viên như thế nào?
- Mức độ thường xuyên mà giáo viên và người học liên lạc với nhau?
- Đòi hỏi của khóa học là gì?
- Có các loại hình đào tạo từ xa nào?
- Bao nhiêu phần trăm khóa học được hoàn thành từ các hoạt động đào tạo từ xa?
- Những người khác đã đánh giá khóa học này như thế nào?
- Khóa học này đáp ứng nhu cầu của người học đến đâu?
- Hình thức tương tác hay phương pháp dạy phù hợp với phương pháp học tập yêu thích của bạn đến đâu?

Chương trình cấp bằng

- Có bao nhiêu khóa có thể học từ xa?
- Bao nhiêu khóa phải học tại trường?
- Hoàn tất các nghĩa vụ hành chính như thế nào?
- Tôi phải hoàn thành khóa học trong bao lâu?
- Các yêu cầu là gì?
- Chương trình này khác thế nào với các chương trình cấp bằng đào tạo từ xa khác?

- Chương trình này khác thế nào với các chương trình cấp bằng đào tạo trực tiếp tại trường?
- Chứng nhận của trường/tổ chức này là gì?
- Có các loại hình học từ xa nào trong chương trình này?
- Ai là giảng viên/người đào tạo?
- Bằng cấp của giảng viên/người đào tạo là gì?
- Những người khác đánh giá thế nào về chương trình này?
- Có thể tham gia bao nhiêu khóa học cùng một lúc?
- Khi nào khóa học bắt đầu?
- Những khóa học nào đang được tổ chức?
- Sau bao lâu tài liệu được cập nhật?

Khung thời gian

- Khóa học kéo dài bao lâu?
- Tài liệu có thể kiếm được sau bao lâu?
- Giới hạn thời gian để hoàn thành các hoạt động?
- Loại chương trình nào được cung cấp sau khóa học?
- Có thể hoàn thành sớm khóa học bằng cách nào?
- Bao lâu khóa học lại được cung cấp?
- Mức độ linh hoạt của khóa học?

Chi phí

- Chi phí cho một khóa học hay một hội thảo là bao nhiêu?

- Chi phí cho toàn bộ chương trình là bao nhiêu?
- Chi phí cho hướng dẫn?
- Chi phí cho tài liệu?
- Cơ cấu chi phí được xác định như thế nào? (phí nhà ở trên đầu người, giảm phí cho nhiều người cùng ở một nơi).

Yêu cầu kỹ thuật

- Loại thiết bị nào đòi hỏi học viên phải có hoặc sử dụng?
- Loại tài liệu nào, bao gồm phần mềm, đòi hỏi học viên phải có hoặc sử dụng?
- Có thể học ở đâu?
- Học viên tham gia khóa học như thế nào?
- Học viên sẽ tiếp cận với các nguồn thông tin như thế nào?
- Có thể truy cập vào các tài liệu cho khóa học như thế nào?
- Ai chịu trách nhiệm kết nối người dạy và người học?
- Hình thức học từ xa nào sẽ được sử dụng?
- Khóa học được xây dựng như thế nào để đáp ứng các nhu cầu đặc biệt của học viên? (Ví dụ như ngôn ngữ ra tín hiệu hay đọc khẩu hình trong quá trình phát sóng, tính di động trong một buổi hội thảo qua mạng, kích cỡ tài liệu in lớn hơn).

Nguồn: Lynnette R. Porter, Xây dựng một lớp học ảo:

Học từ xa qua Internet (New York: Nhà xuất bản John Wiley).

♦ ♦ ♦ ♦

Nếu bạn sắp có cuộc sống với thời gian biểu khắt khe hơn, một số chương trình tốt nhất hiện nay dành cho người có bằng cấp đã sẵn

sàng trên mạng. Hàng vạn sinh viên trưởng thành là những người đã có gia đình, nghề nghiệp, gánh nặng khiến họ thấy thật khó khăn khi quay trở lại trường, đang được lợi rất nhiều từ những chương trình này. Một phần ba sinh viên cử nhân quản trị kinh doanh của Canada đang học qua Internet. Nổi bật trong số các chương trình học tập của Mỹ là chương trình "B-School" trực tuyến của trường Đại học Duke. Chương trình đã dành được sự khen ngợi từ phía sinh viên cũng như các trường đối thủ trong việc cung cấp khóa đào tạo thạc sĩ quản trị kinh doanh MBA.

Sách hướng dẫn cho lĩnh vực nghiên cứu này là cuốn: *Những trường đào tạo hệ sau đại học từ xa tốt nhất: Có bằng mà không phải rời khỏi nhà của Vicky Phillips ở Tạp chí Princeton.*

Hội Đồng Giáo Dục và Đào Tạo Từ Xa, www.detc.org, có trang web cung cấp danh sách các ngành đào tạo qua mạng.

Tương lai của trường đại học ảo hứa hẹn còn có thêm lợi ích và ưu điểm khác. Chương trình "The Second Net", vẫn đang trong quá trình phát triển khi cuốn sách này được công bố, là một bước đột phá đối với cơ sở hạ tầng Internet. Về mặt đào tạo đại học trực tuyến, "The Second Net" hứa hẹn sẽ giúp học viên có thể:

- Quản lý các nghiên cứu hợp tác, làm việc cùng nhau trong thời gian thực, trên màn hình.

- Tạo ra các khóa học của riêng họ dựa vào lượng tài liệu hướng dẫn dồi dào có thể dễ dàng tiếp cận.

- Hỗ trợ việc học tập của người học nhờ việc truy cập dễ dàng hơn vào các thư viện số về các nghiên cứu hiện đại, cập nhật.

- Học tập thông qua các hình ảnh minh họa và hoạt động đồng tham gia thuộc lĩnh vực khoa học, toán, kỹ thuật và các lĩnh vực khác.

- Được đào tạo riêng để sử dụng tất cả các khả năng trên bởi một giáo viên - người tạo điều kiện thuận lợi cho bạn, người được đào tạo đặc biệt và có khả năng trong phương thức giảng dạy mới này.

Bạn không nhất thiết phải học lấy bằng mới được hưởng lợi ích từ việc học từ xa. Bạn cũng có thể học các khóa đào tạo thường xuyên - các khóa học về kỹ năng hay kiến thức không cấp chứng chỉ để cải thiện cuộc sống. Bạn có thể đã từng tham gia những khóa học như vậy ở các trường cao đẳng, đại học cộng đồng địa phương hay các chương trình dành cho người lớn ở trường công. Ngày nay, bạn có thể lựa chọn những khóa học như vậy từ các trường đại học trên toàn thế giới.

CÁCH BẮT ĐẦU CUỘC PHIÊU LƯU HỌC TẬP CỦA BẠN TRONG KHÔNG GIAN ẢO

Bạn không phải buộc mình học để lấy một tấm bằng, hay thậm chí học cả khóa để bắt đầu cuộc phiêu lưu học tập của mình thông qua chiếc máy vi tính. Bạn có cái gọi là "sự học tập ngẫu nhiên" - trải nghiệm thoáng qua nhưng có tác động mạnh với một số sự kiện, cảm nhận mới mẻ có thể tạo rất nhiều hưng phấn - bằng việc học cách khám phá không gian kỹ thuật cao.

Nếu bạn chưa nối mạng ở nhà hoặc nơi làm việc, cách tốt nhất để xâm nhập vào thế giới ảo là ở thư viện công cộng.

Ba phần tư số thư viện công phục vụ hơn 100.000 dân cho phép truy cập Internet miễn phí. Nhiều thư viện còn có các buổi thảo luận và thuyết giảng thường xuyên. Tất cả các thư viện này đều có rất nhiều tài liệu hướng dẫn in hữu ích về các nguồn tài nguyên trên mạng - danh mục các cở sở dữ liệu, các khóa học trực tuyến và CD-ROM để học tập hoặc giải trí.

Tại sao bạn không gọi điện ngay bây giờ và hẹn trước một giờ online tại đó? Nếu bạn đang ở đó, thì hỏi xem họ có lớp miễn phí không.

Khi bạn đến, bạn có thể bắt đầu nhảy cóc từ trang web thú vị này sang trang web thú vị khác chỉ trong năm phút - tất cả những gì bạn cần học là gõ một "địa chỉ" và chuyển từ trang này sang trang khác như thế nào. Nếu bạn muốn bắt đầu với một số trang web lý thú, chỉ cần đề nghị người thủ thư thư viện gợi ý hay tìm cho bạn danh sách "50 + các trang web tuyệt vời" từ Hiệp hội thư viện Mỹ - trong trường hợp danh sách đó chưa có trong máy.

Bạn sẽ có một giờ online hết sức thú vị với các trang web như:

- American Memory ("Bạn phải nhớ ...")
- Eploring Leonardo (Ông hẳn sẽ rất thích mạng máy vi tính).
- Origami ("Chỉ cần gấp nó như thế này...").
- NASA - "Houston, chúng ta có một vấn đề!".
- Trang về Holmes (Sherlock).
- Virtual Frog (Mổ xẻ mà không có mùi).
- The Why File (Bạn không tò mò sao?).

Để học tại nơi làm việc, người đảm nhiệm vai trò thay cho thủ thư tại thư viện công là người thủ thư chuyên nghiệp ở cơ quan bạn; người này có thể đã thay đổi qua nhiều năm. Nếu lần cuối cùng bạn nhìn thấy người đó đang ở trong buồng để chổi gần phòng bảo dưỡng, điền vào bản báo cáo hàng năm và sắp xếp ghi chép doanh thu theo thứ tự thì hãy nhìn lại. Người thủ thư bây giờ là một thành viên quan trọng của các nhóm chủ chốt phụ trách tiếp thị và bán hàng, tài chính và mua hàng, hành chính và vận hành.

Sự giúp đỡ mà bạn có thể trông đợi từ phía người thủ thư trong công ty do một bác sỹ xuất chúng, Ellen Callahan, đề xuất. Bà là Phó chủ tịch Công ty đầu tư Putnam ở Boston. "Chúng tôi đang tiến hành những nghiên cứu có giá trị gia tăng", bà tuyên bố, sử dụng biệt ngữ kinh doanh thay vì hệ thống mã phân loại sách trong thư viện (Dewey Decimal System).

Bà là một người quản lý thư viện chuyên nghiệp, phụ trách một đội ngũ nhân viên gồm 12 người, quản lý thư viện nghiên cứu toàn cầu của hãng. Thư viện này được đặt có dụng ý cạnh văn phòng của những nhà phân tích hàng đầu - lần lượt từng người trong số họ đều đã được đào tạo để sử dụng thông tin có hiệu quả. Ở đây không còn có thể loại thư viện để cất đi. "Chúng tôi kết hợp với các nhóm nghiên cứu. Chúng tôi có mặt ở các cuộc họp lúc 9 giờ 5 phút của các nhà đầu tư và được trông đợi là người suy nghĩ tiên phong," bà nói.

LƯỚT WEB

Như đã nhấn mạnh ở trên, cách gia nhập thú vị nhất vào thế giới những điều kỳ diệu của mạng máy vi tính đó là bỏ ra một giờ "lướt web". Chúng ta hãy tìm hiểu trải nghiệm này sâu thêm một chút.

"Lướt web" có nghĩa là khám phá thế giới các sự kiện và thông tin số thông qua máy vi tính. Bạn có thể chuyển từ trang web hay "địa chỉ" này sang "địa chỉ" trang web khác tùy theo ý thích của bạn. Việc đó rất đơn giản vì phần việc quan trọng nhất bạn cần làm là nhấn chuột hay gõ vào một địa chỉ ngắn.

Bạn có thể để trí tò mò của mình được tự do, và hãy để sức mạnh từ chiếc máy vi tính đưa bạn vào những vùng đất mới của thực tế và tưởng tượng. Trên đường đi, bạn có thể trải qua "sự học tập ngẫu nhiên" - một trải nghiệm thoáng qua nhưng có ấn tượng mạnh với một số sự kiện và cảm nhận mới mẻ có thể tạo nhiều hưng phấn.

Một người muốn theo đuổi chuỗi tìm kiếm này đến đâu phụ thuộc vào việc người đó sẵn sàng liên tưởng Baal với tội ác và đối ứng giá trị đó lên nước Mỹ và chủ nghĩa tư bản hiện đại tới mức độ nào...

Nhân đây, sẽ là một điều ngạc nhiên tuyệt vời khi thấy những gì xuất hiện lúc đơn giản gõ tên bạn và ấn phím "Enter". "Bạn có thể tìm thấy tên, địa chỉ, số điện thoại của mình (thậm chí nếu bạn không bao giờ cung cấp các thông tin này ở đó), đồng thời bạn cũng có thể tìm thấy thông tin về gia đình hay những người bạn đã bị thất lạc", Emiliano De Laurentiis, tác giả của trang web Lifelong Universe, một trang web nổi tiếng phục vụ học tập trên mạng (www.lifelong.com) nhấn mạnh.

Trong lĩnh vực này, các trang web đang được phát triển nhanh chóng đã cho thấy một không gian đa phương tiện phong phú - video và các ảnh động, âm thanh chất lượng cao và khả năng tương tác với số lượng dồi dào. Một ví dụ điển hình là trang www.discovery.com tạo ra kết nối với kênh Discovery. MSNBC là một ví dụ khác.

Những trang web này và những trang web cung cấp các cơ hội làm phong phú hoạt động học tập của bạn và/hoặc tạo cơ hội cho bạn chủ động tham gia bằng cách nói chuyện với những người khác có cùng mối quan tâm về một chủ đề, như chương trình ti vi, hay một sự

kiện thời sự. Trong chương trình Frontline của PBS và một số chương trình khác, có một dòng chữ chạy dưới màn hình cho biết rằng toàn văn cuộc phỏng vấn mà bạn đang xem được đăng tải trên mạng.

CÙNG HỌC QUA MẠNG

Học qua mạng là phần không thể tách rời trong cách sống của bạn. Nó cung cấp "nền tảng" cho tất cả những phương pháp học tập chúng ta tìm hiểu trong cuốn sách này: không chỉ mang tính học thuật và chuyên nghiệp mà còn mang tính cảm xúc, thực tế và tinh thần. Học tập qua mạng giúp bạn mở rộng và lựa chọn theo ý muốn những người bạn và các mối quan hệ.

Bạn có thể tham gia vào các nhóm học viên thuộc bất cứ lĩnh vực nào trên mạng. Khi tìm thấy họ, bạn có thể đề nghị họ bàn luận về chủ đề mà bạn quan tâm hay nói chuyện với họ theo nhiều cách, từ các cuộc đối thoại với thời gian thực (hỏi đáp trực tiếp) hay quá trình mang tính suy ngẫm nhiều hơn như gửi lên các nhận xét rồi nhận câu trả lời vào ngày hôm sau. Cách nào đi nữa, bạn cũng sẽ thấy mình được bao bọc bởi các thông tin, quan điểm lý thú và cơ hội chia sẻ những gì bạn đang học.

Đây có phải là phương pháp học dành cho bạn? Bạn cảm nhận thế nào về môi trường học tập miêu tả trong cuốn sách *Phát triển kỹ thuật số: Sự đi lên của thời đại mạng* của Don Tapscott, dưới đây là những nguyên tắc không chính thức (gọi là nghi thức mạng Netiquette - ứng theo nghi thức xã hội Etiquette).

Bạn được phép thể hiện quan điểm của bạn

Bạn được phép là một khán giả

Người ta mong đợi bạn học

Người ta mong đợi bạn dạy

Bạn có quyền không đồng ý

Bạn có quyền đáp lại

Bạn có quyền thay đổi suy nghĩ

Bạn có quyền giữ im lặng

Nghe có vẻ hợp lý? Có thể, nếu bạn tìm thấy vị trí phù hợp cho mình.

Nhưng để có thể tìm thấy vị trí đó cần phải làm một số công việc. Hầu hết các cuộc tán gẫu trên mạng đều là những tài liệu có giá trị thấp: "nông cạn, nhạt nhẽo, không có ích" (nó thường mang tính khiêu dâm, một bí mật xấu xa nho nhỏ về thành công rộng khắp của các dịch cung cấp "chat" là hầu hết chúng đều được sử dụng vì mục đích tình dục). Hơn nữa, những cuộc nói chuyện vô danh qua máy vi tính dường như khuyến khích sự phù phiếm và thậm chí là tính hung hăng còn được gọi là "flame", trong đó người ta nói chuyện với nhau bằng những từ ngữ thô tục và quá khích. Vì vậy, bạn cần cẩn thận trong việc tìm kiếm "cộng đồng phù hợp với mình". Nhưng khi bạn đã tìm thấy họ rồi, họ sẽ giúp đỡ bạn rất nhiều.

Những người tham gia vào các thảo luận như vậy như một phần trong cuộc sống hàng ngày của họ được gọi là "dân cư mạng"(Netizen - lối diễn tả trên mạng tương đương với dân cư trong cuộc sống đời thường - Citizen). Họ thường tham gia vào các cộng đồng trên mạng như The Well, đặt tại San Francisco; Echo, đặt tại New York; hay những cộng đồng nhỏ hơn như The Cellar có trụ sở là một căn phòng nằm đằng sau nhà của Tony Shepps ở Collegeville, Pennsylvania. (Shepps nói: "Nếu Internet là trung tâm buôn bán lớn nhất thế giới thì chúng tôi là một quán cà phê ở trên phố").

"Điều mà tôi thích nó là ở chỗ nó mở cửa cả ngày," một y tá đã có hai con gái, thành viên của The Cellar, nói với nhà văn Dinty Moore, người từng miêu tả nhóm này trong một cuốn sách nhỏ thú vị của ông The emperor's virtual Clothes: *The naked truth about internet culture* (Trang phục ảo của bậc đế vương: Sự thật trần trụi về văn hóa Internet). Người y tá có cái tên rất hay Bronwyn, tiếp tục: "Nhưng bạn không phải đi đâu hay phải có ai đi cùng. Bạn không phải lau sàn nhà, dự trữ đồ trong tủ lạnh, hay lo lắng về người trông trẻ. Bạn có thể đến đó bất cứ lúc nào. Người ta hoàn toàn sẵn sàng tát vào mặt bạn và nói rằng: "Cô sai, sai, sai, sai, sai, lý luận của cô là sai lầm, mọi thứ đều sai cả". Dù nói vậy, họ buộc phải quay trở lại vấn đề đó. "Đây là điểm bạn

sai lầm”. Đưa đẩy qua lại một vấn đề cho đến khi rút ra được mọi ý nghĩa là khả năng lý thú”.

Với tôi, điều này bắt đầu nghe có vẻ như mọi người đang cố gắng làm điều mà Socrates và những người bạn của mình đã làm một cách cao thượng trên đường phố của Athens vào thế kỷ mà việc học tập được dân cư mạng thực hiện trên Internet là một phần quan trọng trong cuộc sống của họ. Họ tham gia vào các cuộc thảo luận vui vẻ về tất cả các chủ đề trí tuệ. Họ cùng nhau động não và giải quyết vấn đề. Họ phê bình nhận xét các ý kiến đóng góp của nhau. Họ đặt ra các câu hỏi, tìm ra câu trả lời, vì thế vấn đề được giải quyết hiệu quả hơn. Máy vi tính làm cho những thảo luận như vậy mang tính toàn cầu.

Có phải đôi khi giao tiếp qua mạng có những ảnh hưởng tiêu cực? Tất nhiên. Nghiên cứu đầu tiên về nhóm đối tượng thông thường, những người bắt đầu bỏ thời gian để truy cập mạng được tiến hành ở trường Đại học Carnegie Mellon và được công bố vào giữa năm 1998). ”Những gì phát hiện được thực sự làm chúng tôi bị sốc”, ông Robert Kraut, giáo sư tâm lý xã hội tại Trung tâm tương tác giữa người và máy vi tính của trường đại học, phát biểu. Trung tâm này đã trích 1,5 triệu đô-la từ ngành máy vi tính đầu tư cho nghiên cứu.”Những kết quả này đi ngược lại những gì chúng ta biết về cách Internet đang được sử dụng về mặt xã hội”.

Nói một cách ngắn gọn, những nhà nghiên cứu phát hiện ra rằng một số nhỏ, nhưng theo thống kê là đáng kể, tình trạng giảm sút về mặt sức khỏe tâm lý của nhiều người dường như là hậu quả trực tiếp từ việc online. Bản thân những người tham gia nghiên cứu cũng thể hiện sự ngạc nhiên trước kết quả tìm thấy.

Những người sáng lập của hầu hết các “cộng đồng ảo” này nhất trí rằng có mọi người luôn mong đợi cơ hội gặp gỡ trực tiếp những người bạn qua mạng. Ví dụ, trong cuốn sách của mình: *Thành phố ảo: nhấn chuột, văn hóa và việc sáng lập ra thành phố trên mạng,* Stacy Horn, người thành lập nên Echo, đã nhấn mạnh nhiều lần rằng các “Echoids” thường gặp gỡ nhau ngoài đời (những dân cư mạng gọi đó là RL - cuộc đời thực). Bà chỉ ra rằng: “Có nhiều điều để dự đoán khi bạn không nhìn thấy một ai đó. Các cộng đồng ảo không hoàn toàn ảo.”

Những điều mà bạn có thể học trong không gian ảo được để xuất

trong bản tóm tắt các hoạt động của Harold Rheingold, trong *The Virtual Community: Homesteading on the Electronic Frontier* (Cộng đồng ảo: Ngôi nhà trong lĩnh vực điện tử).

Một cách chủ yếu để thu thập những đối thoại này là thông qua "bảng thông báo". Danh sách những dòng được tải lên mạng này rất giống những bảng thông báo ở các hội nghị hay hội thảo, ở đó người ta đưa ra những mẩu ghi chép ngắn để tìm ra câu trả lời cho vấn đề, hay để tìm người họ muốn xin ý kiến. Nhưng ở đây, bạn có thể tham gia vào một đối thoại đang diễn ra hàng tuần, hàng tháng, và với một nhóm lớn hơn. Hay, khi cần, bạn có thể nhận được sự giúp đỡ cần thiết ngay lập tức, như Rheingold miêu tả:

Cô con gái hai tuổi của tôi nhặt được một con bọ chét. Con vật no căng máu này bám váo da đầu con tôi và chúng tôi không biết làm cách nào để gỡ nó ra. Vợ tôi, Judy, đã gọi điện cho bác sỹ nhi khoa. Khi đó là 11 giờ đêm và tôi đã đăng nhập vào WELL. Tôi có câu trả lời trực tuyến chỉ sau vài phút từ một người bạn chưa chắc chắn có thật nhưng chân thành tên là Flash Gordon, một bác sỹ y khoa. Tôi đã lấy được con bọ ra vào lúc Judy nhận được cú gọi lại từ văn phòng bác sỹ nhi khoa.

Điều làm tôi ngạc nhiên không chỉ là tốc độ mà tôi nhận được chính xác thông tin chúng tôi cần biết đúng vào thời điểm tôi cần nó, mà còn bởi vì cảm giác an toàn bên trong khi phát hiện ra rằng luôn có những người thực sự xung quanh bất cứ khi nào bạn cần đến họ - hầu hết họ là các bậc cha mẹ, một số họ là y tá, bác sỹ, bà đỡ. Có một vòng bảo vệ kỳ diệu quanh bầu không khí của cuộc thảo luận đặc biệt này. Chúng tôi đang nói về con trai và con gái mình trong diễn đàn chứ không phải là về máy vi tính hay các quan điểm về triết học, và nhiều người trong chúng tôi cảm nhận được ý hiểu ngầm này làm trong sạch không gian ảo.

Có vài cách có thể dùng được, theo đó bạn có thể nhận và gửi các thông tin có giá trị trên mạng:

- "Lists" được gọi là "Listservs" hay "Mailing Lists," bạn có thể đăng ký vào đây nếu bạn muốn nhận được một lượng thông tin thường xuyên về lĩnh vực mà bạn quan tâm, và chia sẻ những ý nghĩ và thông tin tìm được.

- Giao thức chuyển file (FTP), cho phép bạn có thể sao file từ một hệ thống máy vi tính ở xa.

Bất cứ một cuốn sách nào dành cho người bắt đầu học Internet sẽ cung cấp cho bạn những điều này và các đặc điểm khác.

TỪ CÓ UY TÍN ĐẾN CÁC NGUỒN "TỰ DO": MỨC ĐỘ PHIÊU LƯU CỦA BẠN ĐẾN ĐÂU?

Nếu muốn, bạn có thể giới hạn việc học tập qua mạng trong vùng mạng được đề cập đến từ trước đến giờ. Làm như vậy, bạn sẽ ở khu vực an toàn xét về độ tin cậy và hợp pháp. Những tài liệu tham khảo chuẩn, những cơ sở dữ liệu khoa học và nhân văn nổi tiếng, những dịch vụ thương mại như AOL, những kho dữ liệu nghiên cứu của các trường đại học - tất cả đều là những nguồn trung thực và đã được thử nghiệm.

Nhưng vào lúc nào đó bạn lại muốn mạo hiểm hơn một chút. Và tôi hy vọng rằng bạn như vậy - những nguồn thông tin có uy tín là đảm bảo và xác thực, nhưng chúng có những hạn chế.

Nhưng còn các nguồn thông tin về sức khỏe khác? Trong y học, cũng như trong rất nhiều ngành khác, có rất nhiều thông tin quan trọng và có thể là quyết định bên ngoài nguồn thông tin được công nhận. (Trong một cuốn sách trước đây của mình, *The Independent Scholar's Handbook* (Sổ tay của các học giả tự do), tôi dành viết về đóng góp của những nhà nghiên cứu không được chứng nhận trong các lĩnh vực).

Nhưng có một thách thức rất phổ biến trong không gian ảo. Tự bản thân bạn phải trở thành một tổng biên tập. Nguyên nhân là do: khi bạn giở báo buổi sáng, bật chương trình thời sự buổi tối hay đi tới thư viện, bạn đang hưởng lợi (hay đôi khi là chịu đựng) đánh giá của ai đó về cái gì đáng để biết hay trải qua. Người biên tập báo hay chương trình thời sự trên ti vi quyết định đăng cái gì và cái gì được nhấn mạnh ở trang đầu và xử lý nó như thế nào. Những người quản lý thư viện thì quyết định loại sách, báo nào được đặt trên giá.

Nhưng khi tra cứu Internet, thách thức của bạn là phải tự đảm nhiệm vai trò này. Không có "người giữ cổng" cho toàn bộ mạng. "Những người gác cổng" là những người, giống như biên tập viên của

các tờ báo hay của các công ty phát hành sách, đánh giá giá trị của thông tin họ xuất bản. Những người kiểm tra thông tin khác là nhà sản xuất các chương trình phát thanh và truyền hình, người quyết định ai, cái gì được lên sóng; các giáo viên phổ thông và đại học, người quyết định truyền tải thông tin gì trong lớp học; và những người quản lý thư viện, người quyết định chọn loại sách nào để bổ sung vào kho sách của thư viện.

Ngược lại, trong không gian mạng, việc thể hiện và phổ biến là hoàn toàn tự do. Bất cứ ai cũng có thể lập cho mình một trang web và tải lên đó bất cứ điều gì. Ngay tức khắc, những thông tin của họ có thể đến với hàng triệu người. Đó là nguồn bổ sung chủ yếu và có giá trị vào tự do ngôn luận và chúng ta cần chống lại bất kỳ nỗ lực kiểm soát lĩnh vực truyền thông và sáng tạo mới này.

Hiện tại, việc lạm dụng hệ thống này là hoàn toàn có thể. Ví dụ như sự truyền bá ranh mãnh của những kẻ lừa đảo, điều này hoàn toàn có thể xảy ra. "Không ai nỡ phá rừng non," Harry Anderson cảnh báo. "Không ai", nhưng kẻ lừa đảo có khả năng luôn tìm ra cách gài bẫy những người mất cảnh giác.

Các nguồn tài nguyên mạng được xem như là một chuỗi các đường tròn đồng tâm. Trong bất kỳ một lĩnh vực kiến thức nào, chúng ta luôn có lõi là các trang web và dịch vụ có uy tín của các tổ chức lớn, do các trường đại học, các tờ báo nổi tiếng như New York Times, hay những cơ sở dữ liệu và sách tham khảo có căn cứ đưa ra.

Bằng cách chỉ sử dụng các trang web có uy tín, bạn không cần thiết phải làm công tác biên tập cho chính mình. Tất nhiên, bạn vẫn cần phải quyết định xem trong những thông tin tìm được, thông tin nào phù hợp, đầy đủ, và chính xác đáp ứng yêu cầu của bạn.

Bên ngoài những vòng tròn này là các nguồn mà chúng ta có thể gọi là các trang web gợi ý - do các cá nhân và tổ chức ít có tiếng tăm hơn cung cấp. Tuy nhiên, thông thường, những trang web như vậy thường do các trang web trong vòng tròn đầu tiên gợi ý - có nghĩa là chúng đã được những người kiểm tra thông tin xem xét, họ tin rằng những web này đáng được bạn chú ý.

Đường tròn thứ ba dẫn bạn đến những nguồn mới và không liên quan gì tới những nguồn "an toàn" mà bạn sử dụng từ trước - chúng

tôi gọi những nguồn này là các trang web "tự do". Đó có thể là một danh sách xuất hiện trên những "công cụ tìm kiếm" mà bạn vừa gõ từ khóa để tìm tài liệu tham khảo cho chủ đề của mình.

Các trang web hoàn toàn là lừa đảo, trong thực tế, loại này hiếm nhưng rất nguy hiểm. Trong trường hợp đó chúng ta phát hiện ra một số người "ảo" để lật tẩy cách lừa bịp và dối trá. Ngày càng có nhiều các công cụ để nhận dạng những kẻ lừa đảo này - những chương trình xác nhận nguồn gốc của một tin nhắn hay hoạt động như "tư vấn viên cho khách hàng" về những trang web lừa đảo nổi tiếng. Cảnh giác rằng bạn đang tiếp xúc với nguồn thông tin không chắc chắn sẽ giúp bạn không bị thiệt hại vì thông tin sai lệch kiểu đó.

Chiến lược tổng quát để tự định hướng trong không gian ảo do Esther Dyson đề xuất là: "Khi bước ra ngoài và khám phá mạng vi tính, bạn phải tin vào bản thân và cảm nhận chung của bạn. Bạn không thể và không nên để người khác quyết định tất cả cho mình. Chính xác là do mạng có và cần ít quy định chung hơn hầu hết môi trường khác nên nó phụ thuộc nhiều vào sự nhạy cảm và sự tham gia của mỗi công dân trong đó. Nói chung, đặc trưng của các cuộc sống thực phụ thuộc vào các thể chế, còn đặc trưng của mạng là do các công dân mạng tạo nên".

Phương pháp riêng của tôi để thực hiện việc tự định hướng này xuất phát từ quân đội, nơi mà khái niệm "độ tin cậy" được sử dụng rộng rãi. Khi đưa ra một thông tin quan trọng trong lực lượng vũ trang, bạn thường được yêu cầu ước tính "độ tin cậy" của thông tin bạn đưa ra theo thang điểm 1-100, thông thường dựa trên năm tiêu chí:

1. Thời gian: Thông tin này có tính cập nhật đến mức nào?

2. Nguồn gốc: Mức độ tin cậy của nguồn gốc thông tin đến đâu?

3. Tính phù hợp: Mức độ phù hợp của thông tin đối với vấn đề đến đâu?

4. Tính chuẩn xác: Độ chuẩn xác và chính xác?

5. Kiểm tra chéo: Thông tin này có được các nguồn khác xác nhận?

Nếu muốn sự giúp đỡ có kinh nghiệm trong quá trình này, bạn có thể nhờ đến các cố vấn riêng của bạn đánh giá về giá trị của các nguồn cụ thể: thủ thư trong thư viện công cộng của địa phương (hay những thủ thư trong thư viện nội bộ nếu bạn ở công ty hay cơ quan có một người chuyên trách như Ellen Callahan, người bạn đã gặp trong phần trước). Họ đã nổi lên như những người theo đuổi đầy sức mạnh đối với các trang web đang cố gắng tìm đường vượt qua những vòng tròn đồng tâm của không gian mạng. Họ đã trở nên thận trọng trong cách xác định thông tin đó đến từ đâu, "lai lịch" của những thông tin đó là gì, bạn có thể và nên tin tưởng những thông tin đó đến đâu.

NHẤN CHUỘT! HIỆN TẠI THƯ VIỆN TẠI NHÀ BẠN CÓ TỚI 10.000 CUỐN SÁCH

Một món quà nữa mà máy vi tính mang lại cho bạn là mở rộng thư viện tại nhà để chứa rất nhiều tác phẩm văn học và tài liệu nghiên cứu trên toàn thế giới. Thẳng thắn mà nói, tôi thích tận hưởng niềm vui có cuốn sách mới mua đặt nó vào lòng và làm cho nó trở thành một phần trong trang trí nội thất của ngôi nhà tôi ở. Bất cứ khi nào cần phân loại sách, tôi ngồi xuống sàn và xung quanh là những cuốn sách tôi yêu thích, những cuốn sách mà tôi đã không mở ra trong nhiều năm, nhưng tôi biết tôi vẫn muốn chúng là một phần cuộc sống của mình.

Nhưng để tham khảo, nghiên cứu, và đọc lướt qua thì thật là thú vị khi biết rằng gần như tuyển tập toàn bộ tri thức loài người chỉ cách chúng ta có một cái nhấn chuột.

Ngồi ở bàn học, bạn có thể thâm nhập sâu vào kho tri thức và hiểu biết được tích lũy từ lâu đời của loài người. Mọi tác phẩm, từ tiểu thuyết, thơ ca đến tác phẩm kinh điển dưới nhiều ngôn ngữ, tài liệu tham khảo từ cơ bản đến bí kíp nhà nghề đều có sẵn trong phút chốc.

Mặc dù bạn có thể không mấy quan tâm để đọc hết toàn bộ các cuốn sách trên mạng, đặc biệt nếu có một bản in mượn được ở thư viện. Nhưng thật là tuyệt vời nếu những cuốn sách như vậy ngay lập tức khi đột xuất bạn cần tham khảo một cuốn cụ thể hay thậm chí lấy ví dụ trong vài tác phẩm của một tác giả.

Có rất nhiều dịch vụ trực tuyến làm cho việc này thậm chí còn

đơn giản hơn đối với bạn. Ví dụ, “Thư viện điện tử” của AOL cho phép bạn đặt câu hỏi bằng thứ tiếng Anh đơn giản, và sau đó tự động tìm kiếm qua hơn 150 tờ báo, hàng trăm tạp chí, hai tập san điện tử quốc tế, 2.000 tác phẩm kinh điển, bản đồ, ảnh, và công trình nghệ thuật. Chỉ vài giây sau khi nhập câu hỏi, bạn sẽ có kết quả xếp theo mức độ phù hợp, mức độ cho phép đọc, kích cỡ... Với một lần nhấn chuột nữa, bạn có thể tải về, in hay chuyển trực tiếp tài liệu sang văn bản bạn đang viết. AOL còn cung cấp đặc tính “Go to best part” (Tới phần hay nhất) cho phép bạn đi thẳng đến phần phù hợp nhất trong mỗi tài liệu.

Bạn tiến hành nghiên cứu cao cấp bằng cách truy cập vào các cơ sở dữ liệu luôn sẵn có trên mạng, mặc dù đôi khi phải mất phí. Điều này giúp bạn tiến hành những nghiên cứu nghiêm túc và cập nhật kiến thức trong lĩnh vực của mình mà không mất chi phí và thời gian đến thư viện hay kho lưu trữ lớn.

Việc tìm kiếm những cơ sở dữ liệu như vậy sẽ giúp các nhà nghiên cứu tiết kiệm thời gian bằng cách hoàn thành trong vài phút những việc bình thường phải mất đến vài ngày. Việc tìm kiếm như vậy có thể cung cấp cho bạn một danh sách tài liệu đáp ứng nhu cầu cá nhân của bạn, thường bao gồm một bản tóm tắt hay tổng kết những bài đã liệt kê. Chúng có thể được mở rộng để bao gồm những lĩnh vực chung hay giới hạn lại với các thông số về ngày phát hành, ngôn ngữ, khu vực địa lý... Bảng mục lục của cơ sở dữ liệu thường toàn diện hơn mục lục in vì: chúng thường xuyên được cập nhật hơn và máy vi tính có thể tìm kiếm những thuật ngữ và nguồn thông tin quá mới, chưa thể xuất hiện trên các phụ lục in. Bộ logic trong máy vi tính có thể được dùng để kết hợp các mặt liên quan của vấn đề, như là lái xe và cồn, nhằm tạo ra những mục lục tùy theo lựa chọn, đây là việc làm không tưởng đối với mục lục in. Một số cơ sở dữ liệu thậm chí chứa đựng còn hơn cả tin tức như văn bản của các vụ kiện hợp pháp, dữ liệu thống kê và các báo cáo của nghiên cứu đang được tiến hành.

Bạn cũng có thể “phát đi” nhu cầu thông tin của mình, nếu bạn là nhà báo hay một nhà văn, thông qua ProfNet, dịch vụ tìm kiếm miễn phí này sẽ chuyển yêu cầu của bạn tới các viên chức về thông tin và tin tức tại hàng trăm trường đại học, cao đẳng, công ty, chuyên gia cố vấn, phòng thí nghiệm quốc gia, trung tâm y tế, các tổ chức phi chính phủ, các văn phòng quan hệ công chúng. Những tổ chức này là

chuyên gia trong việc tìm ra ai trong tổ chức của họ phù hợp với chuyên môn mà bạn cần. ProfNet tại www.profnet.com.

Nó cũng duy trì một cơ sở dữ liệu về các chuyên viên, cung cấp hồ sơ và thông tin liên lạc của 2000 cá nhân là chuyên gia hàng đầu trong các lĩnh vực của họ, tại www.profnet.com/ped.

Đối với cuộc sống thực tế, bạn cũng dễ dàng tự tiến hành nghiên cứu những vấn đề đáng nhẽ trước đây nó làm bạn tiêu tốn rất nhiều, trong những lĩnh vực như: buôn bán chứng khoán, mua ôtô và các bất động sản thực.

Đương nhiên, những tác phẩm tham khảo cũ, có giá trị vẫn giữ được vị trí của chúng. Trước khi bắt đầu chịu chi phí trên mạng hãy cân nhắc xem liệu có cách nào nhanh hơn và khôn ngoan hơn để có thể tìm ra điều bạn muốn biết hay không. Pat Wagner cảnh báo: "Đôi khi, bạn có thể mất năm tiếng đồng hồ để săn tìm dữ liệu trên mạng trong khi một thủ thư có thể tìm được từ một cuốn sách tham khảo chỉ trong vài phút".

10. THIẾT LẬP NHỮNG DỰ ÁN HỌC TẬP RIÊNG CỦA BẠN

Đầu tiên, tôi sẽ đưa ra ví dụ sinh động mà hai sinh viên của tôi đã thử nghiệm với các loại phương pháp học tập khác nhau. Cả hai sinh viên này đều thu được những kinh nghiệm hữu ích, nhưng họ có nhiều điểm khác nhau trong cách làm thế nào để đạt được kinh nghiệm đó. Những điểm khác biệt này minh hoạ cho chúng ta tầm quan trọng của phương pháp học tập tự định hướng. Tiếp theo, tôi sẽ giới thiệu mô hình học tập cá nhân được rút ra từ ý tưởng tập thể của "Cơ sở nghiên cứu và phát triển" việc học tập cá nhân - nhằm làm rõ bài học này. Sau đó, tôi đi vào những lời khuyên thiết thực lập dự án học tập riêng của bạn. (Bạn có thể tìm ra kế hoạch học tập trong môi trường học tập đã được cải thiện mà bạn phát triển trong Chương 8.) Tôi sẽ trình bày cách làm thế nào để bắt tay vào việc lựa chọn mục tiêu cho các kế hoạch, chọn ra nguồn tài liệu thích hợp và đánh giá kết quả bạn đạt được.

MỘT CUỘC THỬ NGHIỆM VỚI NHỮNG PHƯƠNG PHÁP HỌC TẬP KHÁC NHAU

Tôi thực hiện thử nghiệm khám phá lợi ích và ưu điểm của phương pháp học tập đỉnh cao hai hay ba lần trong một năm. Do thử nghiệm này đòi hỏi tình huống khá đặc biệt nên chỉ thỉnh thoảng tôi mới làm. Tình huống đó là: hai người cùng tham dự chương trình huấn luyện kỹ năng, đều bắt tay vào học cùng một vấn đề, một người học theo lối hướng dẫn truyền thống và người còn lại sử dụng những phương pháp bạn đang học trong cuốn sách này. Tôi nhận được bức tranh sinh động về việc học tập theo hai hướng này bằng cách đề nghị mỗi người ghi chép lại kinh nghiệm của mình.

Cơ hội xảy ra gần đây nhất là khoảng bốn tháng trước thời điểm viết cuốn sách này tại buổi huấn luyện kỹ năng tại thành phố Kansas, Kansas. Rob Patterson và Ruth LaCosta là hai học viên tham dự có thể đối chiếu được và đều sắp tiến hành học vấn đề nhưng theo cách rất khác nhau. Hơn nữa, môn học đó lại là một trong số những mối quan tâm của hầu khắp mọi người: thay đổi ngành nghề giữa chừng. Cả Rob và Ruth đều muốn biết cách làm thế nào để đánh giá xem liệu

họ nên hay không nên thay đổi con đường sự nghiệp và nếu có thì như thế nào.

Thật may mắn là trong thử nghiệm của tôi, Rob đã quyết định đăng ký tham gia khoá học có tên là: "Đánh giá sự nghiệp ở tuổi trung niên" do anh ta được học miễn phí ngay trong trường đại học mà anh đang theo học. Còn Ruth quyết định sử dụng phương pháp mà bạn đang học.

Tôi đã yêu cầu cả hai sinh viên này ghi chép lại những kinh nghiệm của mình. Đúng ba tháng sau (khi cả khoá học của Rob và khung thời gian dành cho Ruth kết thúc), tôi tiến hành phỏng vấn cả hai người qua điện thoại sau khi đã xem xét lại những chi chép của họ. Và có được sự so sánh các kinh nghiệm của họ như dưới đây. Từ những ghi chép theo thời gian rất dài của họ, tôi đã chọn lọc những mục tiêu biểu nói được nhiều nhất về chất lượng học tập của hai người. Hãy chú ý ba điều sau khi đọc bản tóm tắt về việc học tập trong vài tháng của hai người này:

1. Ai đang trải nghiệm trạng thái học tập cao hơn và ai dường như lâm vào trạng thái học tập tệ hơn?

2. Ai vui vẻ hơn?

3. Ai như học được nhiều điều hữu ích hơn?

ROB - THAM GIA MỘT KHOÁ HỌC

16/9

Đăng ký học qua điện thoại. Lớp học kéo dài trong 8 tuần và bắt đầu từ 6 giờ đến 7 giờ 40 phút vào các tối thứ hai. Không có cảm nhận đặc biệt gì vào thời điểm này, trừ một chút hờ hững khi nhận tờ giấy biên nhận đã đăng ký học do máy tính phát ra - dường như hơi thiếu thiện cảm với khoá học trong lĩnh vực nhạy cảm này...

23/9

Ghé vào cửa hàng sách và đã mua hai cuốn sách dành cho khoá học: Bài tập phát triển sự nghiệp và Cách kiểm soát thời gian và cuộc sống của bạn. Thoạt nhìn có vẻ thú vị, nhưng tôi đã để sang một bên

bởi giọng điệu hay khoa trương của Lakein - chỉ vì đó không phải là phong cách của tôi. Nhưng tôi đã rất hồ hởi khi có những cuốn sách mới này và hào hứng đợi ngày bắt đầu khoá học.

30/9

Tối hôm qua là buổi học đầu tiên. Giảng viên để cho chúng tôi tự giới thiệu về mình và giải thích lý do tại sao chúng tôi nên đến lớp. Một vài học viên trong lớp có vẻ thú vị. Có cái nhìn tổng quan về khoá học. Hầu hết mọi thứ nghe có vẻ hữu ích, mặc dù sẽ có hai tuần học về quản lý thời gian nhưng tôi không nghĩ là mình cần.

12/10

Khoá học đang ngày càng trở nên hữu ích hơn. Trên thực tế, nó thú vị đến nỗi tôi thực sự tiếc khi phải đợi một tuần giữa các buổi học. Dường như đối với tôi, chúng tôi sẽ tiến bộ rất nhiều ngay lập tức nếu chúng tôi có thể gặp mặt nhau hai hay ba lần một tuần và thực sự dựa trên đà phát triển, giống như một nhóm.

14/10

Không có nhiều việc để ghi lại. Bị bỏ lỡ lớp học tối qua (họp hội đồng khoa khẩn cấp về cuộc tranh chấp quyền đỗ xe). Ghét bị bỏ lỡ buổi học về cách phỏng vấn những người trong các lĩnh vực quan tâm khác như thế nào - đây là thứ tôi có thể áp dụng được. Thực sự, đây là chủ đề mà tôi rất muốn chú tâm vào - nhưng chúng tôi chỉ có một buổi trong khoá học để thảo luận về nó. Sau đó chúng tôi phải chuyển qua vấn đề quản lý thời gian.

20/10

Thật tốt khi được quay lại lớp học. Chỉ mong là chúng tôi có thể tìm hiểu sâu hơn các kỹ năng tìm kiếm thông tin về những lĩnh vực mình quan tâm để hiểu biết nhiều hơn nữa. Tôi nghĩ rằng đó là điều quan trọng mà mình nên tập trung vào thời điểm này. Nhưng đây là buổi học đầu tiên trong hai buổi nói về quản lý thời gian, và nó đã củng cố cảm nhận rằng mình không thực sự cần kỹ năng cụ thể này, mặc dù tôi có thể thấy nhiều học viên khác trong lớp lại cần những kỹ năng đó. Vì vậy, nhất định nó là một phần hợp lý trong khoá học. Tuy nhiên tôi vẫn tiếp tục ngồi trong lớp khi những buổi học về quản lý

thời gian đang chầm chậm trôi đi, và hy vọng có thể có một vài ý tưởng hay mà mình có thể sử dụng được.

14/11

Đối với tôi, khoá học đã kết thúc thành công - Tất nhiên là tôi đã thu lại được phần nào giá trị từ những đồng tiền đã bỏ ra. Nhưng tôi không nghĩ là mình sẽ có được nhiều điều bổ ích hơn trong ba buổi học còn lại. Có lẽ đã đến lúc tôi phải tự tiếp tục học tập, đặt ra các mục tiêu như chúng tôi đã làm trong khoá học huấn luyện kỹ năng, và đi theo một vài chỉ dẫn đã có trong các buổi học. Bằng cách đó, tôi có thể tiếp tục từ đây theo tốc độ tiến triển của mình, lao vào các chủ đề tôi thực sự cần, và thực hiện nó ở nơi phù hợp nhất, vào thời điểm thuận tiện nhất.

29/11

Đã hoàn thành bài cảm nhận cho Gross. Thật thú vị khi có thể nhìn lại phía sau và thấy rõ mình đã hứng thú như thế nào về vấn đề đó khi đã đăng ký tham gia vào khoá học này. Tôi cho rằng vấn đề chính ở đây là thiếu sự phù hợp giữa nhu cầu của tôi và kiểu mà khoá học, giảng dạy, và những cuốn sách đã sử dụng. Nhiều khi các khoá học đã diễn ra quá chậm, hay đi xa khỏi những vấn đề mà tôi ham mê nhất, hay có quá nhiều "tranh luận" trong khi tôi lại muốn nhiều thực tế và kỹ năng hơn. Nói chung, đó là sự trải nghiệm hay với một giảng viên tốt và một vài bạn sinh viên thú vị. Nhưng bây giờ tôi thực sự cảm thấy hài lòng khi được tự do đi xa hơn nữa theo những hướng riêng của mình.

RUTH - TỰ HỌC

14/9

Lục tìm trên giá sách của thư viện các tài liệu nói về thay đổi nghề nghiệp và đã tìm thấy cuốn sách trông có vẻ hấp dẫn: Bắt đầu lại. Khi ở thư viện, cũng đã xem xét cẩn thận bản liệt kê danh sách các trường học gần có cung cấp các khoá học, copy lại những mô tả của bản liệt kê (nói chuyện với những giảng viên có thể rất hữu ích). Cảm thấy hơi nản lòng một chút bởi "phân vân trước sự đa dạng" ý nói tôi có thể nắm lấy vấn đề rộng lớn này như thế nào...

18/9

Đã có hai điều xảy ra khi tôi đề cập với các bạn kế hoạch học tập này: tôi đã thấy hứng thú hơn với nó, và họ thường đề cập tới một vài cuốn sách hay các buổi hội thảo có huấn luyện kỹ năng, hay những bài báo họ vừa mới đọc mà tôi chưa biết. Vì vậy, so với một tuần trước đây, tôi đã hứng thú hơn, và có được vô số hướng dẫn từ các nguồn tài liệu.

29/9

Cuối cùng những mục tiêu cho kế hoạch này đã định hình trong buổi sáng nay. Một bản liệt kê dài những kết luận khả dĩ do tôi lập ra từ việc đọc sách báo và cuộc đối thoại được sàng lọc thành ba phần và dường như chúng quan trọng và có khả năng quản lý được. Quyết định tạm hoãn việc kiểm tra năng lực - tôi khá chắc chắn rằng ưu tiên hàng đầu là trong phạm vi mà tôi biết thế mạnh của mình. Tuy nhiên tôi cần phải học nhiều hơn nữa về các cơ hội.

6/10

Tôi đã khám phá ra rằng tôi không tiếp thu được nhiều bằng cách đọc về vấn đề này - tôi thực sự cần ứng dụng ngay lập tức vào hoàn cảnh và các chiến lược tìm việc của mình. Vì vậy tôi sẽ sử dụng tài liệu chính là: bộ băng hình (3 băng) về tìm việc làm; cuộc phỏng vấn gồm hai cố vấn; và hai giờ đồng hồ với hệ thống SIGI, xây dựng trên cơ sở máy vi tính trong thư viện. Nhưng sắp xếp thời gian cho các cuộc hẹn và dành thời gian để tới thư viện gây ra nhiều vấn đề. Vì vậy tôi đã xem lại lịch và thêm vào hai tuần nữa.

26/10

Tôi đang đi đúng hướng hoặc cái gì đó tương tự! Tối hôm qua tôi đã xem một trong ba cuốn băng hình nói về tìm việc làm, và sáng nay thức dậy sớm với một tá ý tưởng, mà tôi đã vạch ra trong bản đồ tư duy trước khi uống cà phê! Nhận thấy đây là dòng suy nghĩ chúng tôi đã nói với nhau trong buổi huấn luyện kỹ năng và mình nên đi theo nó. Vì vậy, tôi hủy bỏ một cái hẹn ăn trưa không quan trọng lắm, hoãn lại việc đi mua sắm thường ngày sau giờ làm việc, và thêm được khoảng sáu tiếng trong ngày. Kết quả là: tôi có được mục tiêu thứ hai của mình!

11/11

Mục tiêu thứ ba đã được thực hiện. Đó là viết sáu bức thư gửi tới "nhà tuyển dụng" trong ba lĩnh vực khác nhau. Những lá thư đã được gửi đi vào sáng nay. Vậy là kế hoạch đã được hoàn thành. Nhưng tất nhiên là tôi không thể xả hơi được: Tôi còn phải kiểm tra những ghi chép của mình cho Ron Gross, và ghi lại cái ghi chép theo thời gian chết tiệt đó! Đau đớn làm sao! Tại sao tôi đã từng đồng ý làm việc đó?

4/12

Được rồi. Tôi đã đồng ý làm việc đó: kiểm tra những ghi chép có một giá trị nào đó, giống như Ron đã nói. Tôi đã gặp ba điều đã khiến việc học tập này trở thành một kinh nghiệm tốt đối với tôi. Một là, tôi đã rất linh hoạt, thay đổi các chiến lược của mình khi nhiều điều không còn sử dụng được nữa. Hai là, tôi có khả năng xoay xở và gặp may mắn trong việc tìm kiếm tài liệu hữu ích. Ba là, tôi đơn giản đã có được cảm giác rằng tiến trình này đang nằm dưới tầm kiểm soát của mình, để có thể đặt tốc độ tiến triển khi tôi muốn, buông xuôi trong những lần khác, và thường thường là "đi theo dòng suy nghĩ".

Phản ứng của bạn đối với hai nhật ký này là gì? Dành một chút thời gian liếc nhanh qua ba câu hỏi tôi đã đưa ra ở trên, trước khi giới thiệu hai bản tóm tắt, và trình bày rõ ràng, chính xác phản ứng của bạn trước khi đọc phần diễn giải của tôi.

Ấn tượng của cá nhân tôi là Rob đã thấy bản thân lâm vào tình trạng học tập thấp ở một số điểm ("tiếp tục ngồi trong lớp khi những buổi học về quản lý thời gian đang chầm chậm trôi đi, và hy vọng có một vài ý tưởng hay mà mình có thể sử dụng được"). Còn Ruth, mặc dù ban đầu hơi lúng túng trong việc tự lựa chọn tài liệu ("phân vân trước sự đa dạng") đã đi theo "dòng chảy" của việc học tập một khi cô đã đặt ra được các mục tiêu của mình ("Tôi đang đi đúng hướng hoặc cái gì đó tương tự").

Rõ ràng là Rob đã thu được nhiều lợi ích từ khoá học. Nhưng anh có lẽ đã được giúp đỡ nhiều hơn nếu không phải chịu thiệt hại do bị mất buổi học trong lịch của mình. ("họp hội đồng khoa khẩn cấp") và khoảng cách giữa các buổi học là quá lớn khi anh đang thực sự trở nên hứng thú ("chúng tôi sẽ tiến bộ nhanh hơn nữa nếu chúng tôi có thể gặp nhau hai lần một tuần").

Mặt khác, Ruth dường như có lợi thế là có khả năng xem xét lại được lịch làm việc của mình để làm cho nó phù hợp với các hoàn cảnh và cơ hội mới ("quyết định tạm hoãn việc kiểm tra năng lực", "thêm hai tuần nữa vào trong lịch", "huỷ bỏ một cái hẹn ăn trưa không quan trọng lắm").

Thật khó để có thể nói ai đã học được nhiều hơn từ kinh nghiệm trên. Cả Rob và Ruth dường như đều coi kinh nghiệm này đáng giá, nhưng tôi có cảm giác là Ruth có nhiều điều thú vị hơn. Rob tin rằng lợi ích anh ta thu được bị hạn chế do các buổi học không phù hợp với những hoàn cảnh đang thay đổi, phong cách, những ưu tiên cá nhân trong vấn đề đó. Ruth lại cho cảm giác thành công của mình là sự linh hoạt, khả năng xoay xở, và sự "may mắn".

Tôi đã thực hiện thử nghiệm này 19 lần trong hơn bảy năm qua, và các kết quả thu được đặc biệt không thay đổi. Trong 17 cuộc thử nghiệm, phương pháp tự học đã chứng tỏ làm hài lòng người thực hiện hơn, có lợi và thú vị hơn đối với mọi người. Trong hơn một nửa các trường hợp, học viên đi theo lối truyền thống thu được kinh nghiệm còn tiêu cực hơn cả Rob. Có bốn nguyên nhân chính dẫn tới kết quả thấp là:

1. Khoá học đã không nhằm vào những mối quan tâm được ưu tiên nằm trong môn học của học viên.

2. Phương pháp giảng dạy hay phẩm chất cá nhân của giảng viên không phù hợp với học viên.

3. Tốc độ tiến triển của khoá học quá nhanh hay

4. quá chậm.

5. Sự tham gia của học viên bị gián đoạn bởi một vài thay đổi trong hoàn cảnh, giảm việc tham dự các buổi học hay chứng tỏ là làm học viên xao nhãng.

Nói chung thử nghiệm này luôn luôn củng cố niềm tin vững chắc của tôi vào tính ưu việt của phương pháp tự học. Sự đối lập giữa kinh nghiệm của Rob và Ruth là điển hình. Bạn cũng sẽ làm cho việc học tập của mình trở nên linh hoạt và mạnh mẽ hơn bằng cách kiểm soát quá trình đó.

THIẾT LẬP KHU VỰC NGHIÊN CỨU VÀ PHÁT TRIỂN CÁ NHÂN

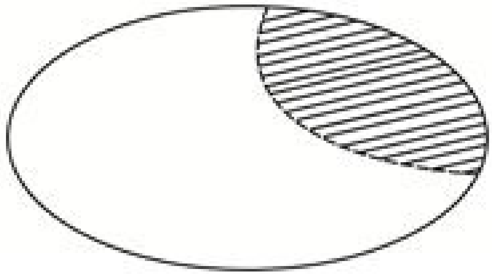
Một phương pháp suy nghĩ thú vị, coi học tập như một phần cuộc sống, là hình dung chính bạn thiết lập khu vực nghiên cứu và phát triển cá nhân. Phần nhỏ này trong cuộc sống của bạn được dành để tạo ra, thông qua phương pháp thử lỗi.

Tất cả doanh nghiệp và tổ chức thành công ngày nay đều phải có một khu vực nghiên cứu và phát triển - một bộ phận R & D. Công việc của vị trí này là thử nghiệm: phát triển ý tưởng, sản phẩm, và dịch vụ mới mà tổ chức đó đưa ra trong tương lai. Không một công ty hay tổ chức nào có đủ khả năng thừa nhận là sẽ tiếp tục sản xuất dòng sản phẩm hiện hành mãi mãi. Trong thế giới "những điều bất ngờ của tương lai", tương lai thuộc về những người lường trước được nó, chuẩn bị cho nó và thậm chí là phát minh ra nó. Nếu một tổ chức không dành phần nhỏ lợi nhuận hiện hành cho công việc nghiên cứu và phát triển (R & D), nó sẽ tự thấy mình sắp chết vào ngày hôm sau.

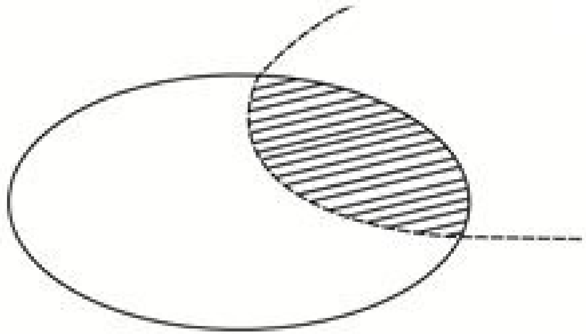
Mỗi người trong chúng ta đều cần tự nghĩ về mình theo cách này. Chúng ta cần đầu tư nguồn nội lực tại nào đó của mình, như thời gian, tiền bạc, sinh lực và sự cam kết - để phát triển kiến thức và kỹ năng. Chúng ta cần "phòng làm việc bốc mùi" riêng của mình ở trong các tổ chức - mượn cách nói ấn tượng đã được sử dụng bởi Peters và Waterman trong tác phẩm *Theo đuổi sự ưu tú*, thời gian và không gian để trau dồi khả năng và năng lực của bạn, những sản phẩm và dịch vụ chúng ta có thể cung cấp cho thế giới.

Mục đích của bộ phận này trong tổ chức tinh thần của bạn là thử nghiệm với sự hứng thú, nhiệt tình, các kỹ năng, kiến thức và sự hiểu biết hấp dẫn bạn nhiều nhất. Nó là một khu vực của tự do, tại đó bạn có thể chơi đùa, đón nhận những rủi ro, những điều sẽ làm bạn quá kinh hãi khi đón nhận nó trong phần cuộc sống ổn định của bạn.

Dưới đây là cách tôi thích nghĩ về khu vực như vậy được tách ra như thế nào từ chương trình hành động hiện hành của một người nào đó.



Phần diện tích được gạch chéo là phần thời gian bạn dành cho nghiên cứu và phát triển cá nhân - có lẽ là 5%, hay 8 giờ đồng hồ trong một tuần. Trong 5% này của cuộc sống, bạn có thể thử nghiệm những rủi ro. Không giống như trong công việc hay những mối quan hệ cá nhân của mình, bạn có thể theo đuổi sự bốc đồng kỳ cục nhất, khám phá điều không có khả năng sử dụng trong thực tiễn, và ấp ủ những ý tưởng vượt khỏi những gì mọi người "biết" là đúng. Bạn có thể đi vào những ngõ cụt mà không ai có thể giải thích tại sao. Hay, nếu bạn nói với mọi người rằng bạn mình đang theo đuổi cái gì, có lẽ bạn đã tình cờ rơi vào những cuộc kết nối kích thích sự tò mò thông qua mạng máy tính.



Bạn cũng sẽ không thất bại trong việc tìm kiếm các hạt nhân tiếp theo của con người bạn. Điều này có nghĩa là vùng "nghiên cứu và phát triển" là nơi tốt nhất bạn mong muốn và cần có để tiếp nhận kiến thức, những kỹ năng mới và sự hiểu biết - nó sẽ xác định lại bạn là ai và bạn làm gì.

Đây là cách "phòng làm việc bốc mùi" tự nhiên dẫn dắt bạn tới con đường tiếp theo, rộng mở của mình.

Tôi đã thấy điều này xảy ra hàng trăm lần. Hầu như mỗi ngày chúng tôi đều nhận được một hay hai lá thư từ những thành viên hiện đã hoặc đang tham dự những buổi hội thảo có huấn luyện kỹ năng. Họ cơ bản chỉ nói về một hay hai điều: "Nó đã làm việc. Tôi đã hứng thú khi bắt đầu thực sự đi theo mối quan tâm trong lĩnh vực mình lựa

chọn và tiếp tục theo đà phát triển. Có lẽ tôi không thể đoán được nó kết thúc ở đâu, nhưng bạn sẽ không bao giờ đoán được điều gì đã xảy ra...” hay: “Một khi đã nhận ra cái cần học để đạt được những gì mình muốn, tôi được truyền sinh lực cho việc đi theo một con đường mới. Và khi biết cách làm thế nào để học tốt nhất, tôi có thể làm cho quá trình học tập thoải mái hơn - thực tế, đã hết sức thú vị. Và kết quả đạt được thậm chí còn hơn tôi đã dự đoán. Bạn sẽ không bao giờ đoán được điều gì đã xảy ra...”. Và họ đã đúng. Tôi không bao giờ có thể đoán được!

Với cách xem xét như vậy, bộ phận nghiên cứu và phát triển cá nhân của bạn sẽ sử dụng những kỹ năng học tập đỉnh cao hoàn toàn tự nhiên. Bạn lập ra dự án học tập xuất phát từ mục tiêu, mục đích và mối quan tâm của mình. Bạn sẽ thực hiện và quản lý những kế hoạch đã được hướng dẫn theo những câu hỏi quan trọng nhất về các đối tượng, vấn đề phát sinh, hay rắc rối này - chứ không phải là bởi một danh sách các chủ đề mang tính hàn lâm.

Nguồn tài liệu học tập của bạn có thể bao gồm kho tài liệu và các dịch vụ trình bày trong phần Trường đại học vô hình cung cấp (xem Chương 9) như những nhà tư vấn cá nhân, các buổi hội thảo, các nhóm có mối quan tâm đặc biệt, cơ sở dữ liệu máy tính và sự mô phỏng.

Cuối cùng, việc học tập của bạn sẽ do chính bạn giám sát chứ không phải một bài kiểm tra vì chính bạn phản ánh và áp dụng những gì đang học. Những lợi ích được phản ánh trong các kỹ năng được nâng cao, kiến thức được mở rộng và hiểu biết sâu sắc hơn. Bạn biết mình học vì kiến thức mới đưa bạn tới gần mục tiêu của mình hơn. Phương pháp học tập đỉnh cao được sử dụng cho mục đích không phải là để thoả mãn một vài yêu cầu của tổ chức nào đó; nó là sự giáo dục cho những điều thiết thực, giúp bạn thành công.

Đây là phương pháp học tập đỉnh cao để “học cách kiếm tiền” của bạn. Điều đáng chú ý là bạn sẽ trải nghiệm phương pháp này trong những chương trình đào tạo giám đốc điều hành mang tính chất đổi mới nhất, hiện có ngày nay một cách nhanh chóng.

LẬP KẾ HOẠCH CHO CÁC DỰ ÁN HỌC TẬP

Để thực hiện nghiên cứu và phát triển cá nhân, bạn sẽ cần khả

năng lập ra dự án học tập hiệu quả. Một ví dụ cho kế hoạch như vậy đã được giới thiệu trong Chương 8 và có thể bạn muốn sử dụng nó để tham khảo trong suốt những phần sau. Trong phần này sẽ bao trùm ba vấn đề quan trọng:

- Làm thế nào để lựa chọn được các mục tiêu học tập.
- Làm thế nào để chọn ra nguồn tài liệu học tập tốt nhất.
- Làm thế nào để đánh giá kết quả học tập của bạn.

Làm thế nào để lựa chọn được các mục tiêu học tập

Khi tham gia một khoá học, bạn chấp nhận mục tiêu do giảng viên xác định từ trước. Những mục tiêu này dựa trên cơ sở quan niệm chung về những gì mà tất cả sinh viên nên học. Giống như mọi sự khái quát nào, có lẽ những mục tiêu này sẽ không áp dụng chính xác cho bất kỳ một sinh viên nào trong lớp học. Mỗi sinh viên sẽ có những ưu tiên cá nhân cho thông tin và các kỹ năng nằm trong khoá học. Thậm chí trong lớp học về vấn đề nào đó dường như không hề mới mẻ như một ngoại ngữ, những doanh nhân sắp tiến hành đàm phán ở Đức sẽ cần một sự chú trọng khác vào từ vựng, thành ngữ và chiều sâu khác so với những vị khách du lịch trong tương lai.

Hơn nữa, khi tham gia khoá học, phần lớn chúng ta đều không đặt ra câu hỏi. Mục tiêu của người giảng viên là gì. Nếu những mục tiêu được chỉ ra trong bản mô tả về khoá học thì chúng ta không có ý định xem chúng kỹ hơn hay so sánh chúng với những mục tiêu riêng của mình. Chúng ta có xu hướng áp đặt lên bản mô tả khóa học đầy lôi cuốn đó sự hứng thú vừa xuất hiện của bản thân về những gì khóa học sẽ mang lại cho mình. Đó là lý do đầu tiên giải thích cho cảm giác mơ hồ về sự không phù hợp mà chúng ta thường có khi trải qua một khoá học và cảm thấy những gì chúng ta đang học không hoàn toàn là những gì chúng ta đã nghĩ trong đầu.

Ưu điểm đầu tiên của phương pháp học tập tự định hướng là bạn tự đặt ra các mục tiêu cho mình. Khi lập kế hoạch và thực hiện việc học tập, bạn xác định rõ - và tái xác định khi đang trong quá trình học - những lĩnh vực được nghiên cứu với mức độ gì và thái độ ra sao.

Ban đầu việc đặt ra các mục tiêu có vẻ gặp khó khăn, nhưng bạn

sẽ nhanh chóng thấy rằng những kết quả tốt đẹp đến nhanh và rất vững chắc. Bằng cách nhìn vào những gì mình mong muốn từ trải nghiệm trong học tập, bạn sẽ nhận được kết quả và cảm thấy hứng thú hơn trong suốt quá trình đó. Dưới đây là ví dụ điển hình về cách học viên xuất sắc thiết lập mục tiêu của mình.

Ruth Lewin, một giám đốc điều hành cấp trung trong một công ty thuộc ngành công nghiệp đồ chơi có trụ sở tại Chicago, đã lo lắng bởi thiếu một tấm bằng thạc sĩ quản trị kinh doanh (MBA). Nó không phải là trình độ người ta yêu cầu đối với việc thăng tiến; giá trị của Ruth trong việc kinh doanh mang tính cạnh tranh cao này đã được mọi người công nhận. “Nhưng tôi chỉ băn khoăn là chính xác mọi người đã học gì trong các chương trình đó - liệu tôi có bỏ lỡ vài yếu tố cần thiết mà mình hiện có không?” Ruth đã chất thêm việc vào mình khi đăng ký tham gia vào một chương trình học như vậy trong một năm rưỡi. Nhưng sau buổi huấn luyện kỹ năng, cô quyết định thay thế bằng việc tham gia khóa học “MBA rút ngắn” trong bốn buổi, chỉ để có cái nhìn toàn cảnh về nội dung và phong cách của chương trình học. Cô đã có một cơ hội để kiểm tra ba cuốn sách giáo khoa điển hình được sử dụng vào những khóa học chính. Kết quả là, Ruth đã nhận ra rằng có chưa đến sáu chủ đề nằm trong chương trình thạc sĩ quản trị kinh doanh chuẩn về những gì mà cô không biết và muốn biết. Thêm vào đó, cô có thể sẵn sàng xem xét mình có thể học bốn trong số sáu chủ đề đó phù hợp như thế nào. Chủ đề thứ năm được đưa ra dưới dạng một khoá học riêng lẻ, và lần cuối tôi nghe nói về Ruth là cô đang tìm cách học chủ đề thứ sáu. Thay vì học trọn gói MBA chuẩn, có tới 40% nội dung khoá học cô ấy không cần và 35% là không mong muốn, Ruth đã xác định rõ những mục tiêu cụ thể và tìm thấy cách tốt nhất cho riêng mình để đạt được các mục tiêu đó.

Để lập ra mục tiêu học tập cho kế hoạch của bạn, hãy trả lời bất cứ câu hỏi nào trong danh mục sau. Và để minh hoạ cho vấn đề này, tôi sẽ trích dẫn câu trả lời mà Ruth đã đưa ra cho kế hoạch học tập về đánh giá sự nghiệp lúc trung tuổi.

1. Tôi muốn thu thập kiến thức gì? Tôi tìm kiếm sự thật gì, khái niệm gì, thuật ngữ gì, dữ liệu gì, v.v…?

2. Liệt kê ra sáu nguồn trợ giúp tư vấn và tìm việc làm trong cộng đồng của bạn (tài liệu).

3. Thảo luận về những nhân tố quan trọng để cân nhắc trong việc đánh giá khả năng mong muốn và thay đổi sự nghiệp của một ai đó (các khái niệm).

4. Tôi muốn hiểu cái gì? Tôi mong muốn có thể diễn giải những sự kiện và dữ liệu như thế nào? Tôi muốn áp dụng các thuật ngữ và nguyên tắc như thế nào? Tôi muốn thực hiện những suy nghĩ sáng tạo và thuyết phục nào?

5. Hiểu việc đánh giá nghề nghiệp lúc trung tuổi có liên quan tới các giai đoạn cụ thể trong cuộc sống theo các phương diện khác (như hôn nhân, tuổi của con trẻ, v.v...) như thế nào.

6. Tôi cần sử dụng thành thạo những kỹ năng gì? Tôi cần biết làm và cách làm cụ thể là gì?

7. Sử dụng hệ thống phát triển nghề nghiệp có cơ sở là dựa trên máy tính (SIGI) và sổ tay danh mục nghề nghiệp.

8. Tôi muốn phát triển thái độ thế nào? Tôi muốn trau dồi những cảm nhận, niềm tin chắc chắn, giá trị và sự nhạy cảm nào?

9. Phát triển một cam kết tích cực và hữu ích để xem xét nghiêm khắc tình huống hiện hành và những con đường phát triển.

10. Tôi muốn thực hiện những thay đổi về hành vi nào? Tôi muốn tạo ra hay xóa bỏ những thói quen nào?

Làm thế nào để chọn được những nguồn tài liệu học tập tốt nhất

Bạn đã bao giờ đăng ký một lớp học hay buổi huấn luyện kỹ năng và trong vòng một giờ đồng hồ đầu tiên khám ra rằng nó không hoàn toàn phù hợp với bạn chưa? (bạn nhớ lại rằng Rob đã hơi thất vọng theo kiểu này). Hay tệ hơn, vì lý do này hay lý do khác, nó thật sự là một sai lầm? Bạn đã bao giờ đọc 1/3 hay một nửa cuốn sách về một vấn đề mới lạ chỉ nhằm để khám phá, và khi bạn đề cập cuốn sách này với ai đó trong lĩnh vực đó thì nó đã bị thay thế bởi cách giải quyết hợp lý hơn hay không? Có lẽ đã xuất hiện vài thí dụ khác trong đầu bạn. Những bài giảng chán ngắt? Các buổi hội nghị chuyên đề vô nghĩa? Một băng hình vô bổ? Một chương trình máy tính không thiết

thực? Một chuyên gia hay nhà tư vấn không phù hợp?

Tránh được những thất vọng nói trên là tất cả mối quan tâm của việc chọn lựa nguồn tài liệu. Hãy tích cực hơn nữa, để nhận được kết quả tốt nhất từ việc học tập của bạn.

Việc chọn lựa nguồn tài liệu khôn ngoan sẽ đảm bảo rằng các tài liệu hay những cơ hội bạn đang sử dụng là những thứ tốt nhất đối với bạn. Thay vì việc chỉ chấp nhận thứ đầu tiên hay thứ hai mà mình thấy, bạn nên dành thời gian để tìm ra điều tốt nhất.

Sự lựa chọn tôi đang nói ở đây đơn giản giống như lấy ba cuốn sách ra khỏi giá sách thư viện và xem xét cẩn thận, hay là quan trọng như những gì thu được trong chương trình đào tạo cấp chứng chỉ kéo dài hai năm. Lựa chọn khôn ngoan này áp dụng tương đương với việc chọn một khoá học cải thiện kết quả chơi golf bằng băng hình và dự đoán trở thành nhà cố vấn nhiều kinh nghiệm trong tương lai.

Nguyên tắc lựa chọn những tài liệu này được gọi là nguyên tắc "Dành trước ra 5%". Lấy 5% thời gian bạn sẽ dùng cho việc sử dụng tài liệu để đánh giá nó dưới góc độ các mục tiêu, phong cách và hoàn cảnh của bạn.

Bạn có còn nhớ Rob và Ruth không? Rob đã mất tổng cộng 40 giờ đồng hồ cho khoá học của mình (các buổi học trên lớp diễn ra trong hai giờ đồng hồ, mỗi tuần một lần, kéo dài trong hơn 10 tuần và đòi hỏi phải có thời gian để đi lại, làm bài tập về nhà, và viết bài thu hoạch). Ruth cũng đã dành khoảng thời gian như vậy cho kế hoạch của mình. Cô mất khoảng hai giờ đồng hồ để lập kế hoạch học tập - khoảng 5% trong tổng thời gian cô dành cho kế hoạch này, bao gồm những lúc tạm ngừng để lên kế hoạch nhằm điều chỉnh lại những gì sẽ làm trong quá trình học, tài liệu và lịch học. Nhưng cô rõ ràng cảm thấy hài lòng với trải nghiệm của mình và cho là đã thành công.

Dựa trên những trải nghiệm của Rob và Ruth, ta thấy dường như một sự đầu tư "từ đầu đến cuối" là rất đáng giá. Kết luận này được xác nhận bởi nghiên cứu đào tạo người trưởng thành.

Bạn có thể tin tưởng rằng thời gian mình dành cho việc lên kế hoạch học tập sẽ mang lại nhiều hơn khi tiến hành kế hoạch của mình. Nhưng bạn vẫn chưa biết phải làm thế nào?

Đầu tiên, hãy xem xét trường hợp đơn giản nhất. Đó là việc chọn ra một cuốn sách thích hợp nói về vấn đề của bạn trong một số cuốn sách tìm thấy từ thư viện. Thông thường, bạn có thể chỉ xem lướt qua ba hay bốn bộ sách và nhặt ra cuốn trông hấp dẫn và lôi cuốn nhất. Bạn cho rằng mình có thể quyết định xem liệu nó có đúng với mục tiêu hay không một khi về nhà và bắt đầu đọc nó. Không có gì sai với phương pháp tiếp cận này nếu bạn không đặc biệt chú ý tới thời gian và cần phải thoả mãn nhu cầu của mình gấp hơn. Tuy nhiên, nếu bạn muốn tạo ra sự lựa chọn thông minh và đảm bảo phần lớn khoảng thời gian bạn sử dụng nó là kinh nghiệm đáng giá khi bạn giở sách ở nhà, hãy làm theo nguyên tắc "Dành trước ra 5%".

Giả sử bạn định dành tám giờ đồng hồ cho việc sử dụng cuốn sách này nếu nó chứng tỏ là phù hợp. Một chút tính toán số học nhẩm cho thấy, thực tế, 5% là khoảng 20 phút. Vì vậy, thay cho việc lựa chọn dựa trên sự hấp dẫn bề ngoài, bạn hãy dành thêm 30 phút trước khi đọc sách để lựa chọn khôn ngoan từ ba hay bốn cuốn đó.

Để làm được điều này, bạn nghe lời khuyên từ những chuyên gia hàng đầu trong lĩnh vực của chúng ta. Họ sẽ nói với bạn rằng cuốn sách đó đáng tin cậy như thế nào, liệu tác giả của nó có quan điểm sai lệch hay không, những khía cạnh nào của vấn đề được bàn tới, cuốn sách có quan hệ với tài liệu khác trong cùng lĩnh vực như thế nào, liệu có bất kỳ sai lầm hay thiếu sót lớn nào không, và bất cứ điều gì mà bạn cần biết để chọn lựa được. Bạn có thể tìm đến những chuyên gia này hết sức đơn giản nhờ việc xem cuốn sách chứa các lời phê bình đã được tóm tắt hệ thống trong máy vi tính thuộc lĩnh vực của mình (người thủ thư sẽ giúp bạn tìm thấy nó và chỉ cho bạn cách sử dụng). Sau 10 phút, bạn sẽ có ngay những đánh giá thận trọng của các chuyên gia hàng đầu, những người đã kiểm tra mỗi cuốn sách mà bạn đang cân nhắc trên màn hình máy tính.

Những bài phê bình này, viết dưới dạng đầy đủ hay tóm tắt, sẽ đặt cuốn sách trong bối cảnh của lĩnh vực đó. Chúng sẽ cho biết tác giả của cuốn sách được những người trong nghề đánh giá thế nào và xem xét lại nội dung của cuốn sách từ một vài quan điểm, giúp bạn hình thành trong đầu bức tranh tổng quan những điều bạn sẽ tiếp thu được từ việc đọc sách. Chúng cũng chỉ ra bất kỳ thiếu sót hay định kiến lớn nào mà bạn nên biết. Bây giờ, hãy quay trở lại và áp dụng những kỹ năng chủ động đọc trước được đề cập trong Chương 6.

Nửa giờ sau bạn sẽ sẵn sàng xem xét cẩn thận hơn lựa chọn của mình. Tuy nhiên, bạn đã có nhiều hơn một cuốn sách: bạn chọn được cuốn sách tốt nhất để đáp ứng mục tiêu của mình. Bạn đã làm tăng thêm lòng nhiệt tình và hứng thú đọc cuốn sách đó và tiếp nhận được những đánh giá cùng quan điểm của tác giả. Cuối cùng, bạn trở nên quen với cách suy nghĩ của một chuyên gia hàng đầu về các vấn đề chính trong lĩnh vực của bạn.

Nói tóm lại, bằng cách "Dành ra trước 5%" tổng số thời gian bạn sẽ tiêu tốn vào một cuốn sách cho việc chọn lựa một cách khôn ngoan hơn, việc học tập và sự hứng thú của bạn sẽ được nâng lên rất nhiều trong suốt 95% thời gian còn lại. Và bạn có thể tiết kiệm được nửa giờ đã đầu tư, chứ không phải lãng phí thời gian để đọc một cuốn sách không phù hợp.

Learning Resources Network (mạng tài liệu học tập) là một tổ chức trong nước hoạt động nhằm nâng cao việc tiếp nhận kiến thức cho người trưởng thành. Người điều hành của tổ chức này, William Draves, đã đưa ra những hướng dẫn đánh giá khoảng thời gian dành cho việc chuẩn bị trước như sau:

Chính sách hoàn trả: Hãy nhìn vào chính sách hoàn trả đã được nêu ra trong tập sách quảng cáo mỏng. Nếu buổi hội nghị chuyên đề đảm bảo chính sách này thì đó là một tín hiệu tích cực. Nếu nó không đưa ra hay không đề cập đến, hãy chú ý.

Các kết quả được đưa ra. Hãy nhìn trên dòng tiêu đề và các từ hoa mỹ để tìm những kết quả mang tính hành vi mà bạn sẽ có được sau khi tham dự buổi hội nghị chuyên đề đó. Bạn sẽ biết cái gì? Bạn sẽ có thể làm được gì? Nếu tập quảng cáo mơ hồ về điểm này thì hãy cẩn thận.

Lý lịch của giảng viên: Những bằng cấp của người thuyết trình là gì? Những bằng cấp này có được dựa trên cơ sở kinh nghiệm điều được đánh giá cao ngày nay hay chỉ đơn thuần dựa trên những chứng nhận mang tính hàn lâm, hoặc sự kết hợp với một tổ chức, không cho biết kiến thức thực tế?

Những nội dung chính: Những thành phần thực sự của buổi hội nghị chuyên đề là gì? Nội dung của buổi hội nghị chuyên đề được cấu tạo từ nhiều phần khác nhau. Bạn hứng thú thế nào với mỗi phần đó?

Gọi điện cho giảng viên: Hãy gọi nhà tài trợ nếu bạn nghi ngờ không biết buổi hội nghị chuyên đề đó sẽ hữu ích đối với mình hay không. Không phải tất cả hội nghị chuyên đề đều phù hợp với mọi người. Một nhà thuyết trình tốt sẽ phác hoạ ra thành phần nên tham dự và bạn có thể trông mong sẽ thêm được kinh nghiệm gì? Nếu nhà tài trợ không cung cấp số điện thoại của người thuyết trình thì hãy cẩn thận.

Những tham khảo: Hãy đề nghị tổ chức tài trợ biết tên và số điện thoại của hai, ba hay bốn người đã từng tham dự buổi hội nghị chuyên đề. Vâng, chính những người đã từng tham gia này sẽ vẫn háo hức đối với buổi hội nghị đó. Tuy nhiên bạn vẫn có thể đặt ra các câu hỏi lấy thông tin quan trọng, như hỏi về thành phần đã tham dự vào buổi hội nghị chuyên đề đó và những người tham dự không thích gì nhất. Nếu nhà tài trợ từ chối cung cấp các thông tin tham khảo này thì hãy chú ý.

Những đánh giá: Một buổi hội nghị chuyên đề tốt sẽ được những người tham dự đánh giá mỗi khi nó được tổ chức. Nếu ở trong cùng một thành phố với nhà tài trợ, bạn có thể yêu cầu được xem những đánh giá trước đây. Thậm chí, nếu chúng không sẵn có, hay bạn ở cách xa nhà tài trợ này, bạn có thể yêu cầu một bản sao mẫu đánh giá. Bạn có thể được những thông tin quan trọng về những gì mà buổi hội nghị chuyên đề đó đề cập tới và khía cạnh nào nhà tài trợ cho là quan trọng khi nhìn vào bản mẫu này.

Hãy hỏi đồng nghiệp của bạn: Đây là một thế giới nhỏ bé. Như một số người xác nhận, nếu bạn có thể xác định vị trí một người không quen biết trong nước chỉ qua sáu cuộc gọi điện thoại, chắc chắn bạn phải biết một ai đó quan hệ với người nào khác đã có kinh nghiệm với người tổ chức buổi hội nghị chuyên đề này. Hãy hỏi mọi người xung quanh.

Gọi điện cho nhà tài trợ: Hãy hỏi người trả lời điện thoại cũng như người mà cuộc gọi của bạn được chuyển tới: “Buổi hội nghị chuyên đề đó có thích hợp với tôi hay không?”. Bạn hãy mô tả tình huống và mục tiêu của mình và hỏi ý kiến chân thành. Cho dù câu trả lời là thành thực hay không, bạn vẫn sẽ cảm nhận được ấn tượng về việc nhà tài trợ hiểu buổi hội nghị chuyên đề đến đâu và ích lợi của nó.

Như bạn thấy, rõ ràng có cách đặc biệt để đánh giá bất kỳ một tài liệu học tập nào. Từ hai ví dụ ở trên bạn sẽ thấy thật dễ dàng nhận ra những câu hỏi được đặt ra và tiêu chí gì để sử dụng trong hầu như bất kỳ trường hợp nào.

Làm thế nào để đánh giá kết quả học tập của bạn

Bạn có thể dễ dàng cung cấp bằng chứng - cho bản thân mình cũng như cho những người khác - về việc bạn đã học được bao nhiêu và học tốt như thế nào. Trên thực tế, quá trình học tập sẽ thú vị hơn nhiều khi nó là phương pháp tự định hướng. Bí mật là ở chỗ trong hình thức học tập này, bạn luôn chủ động, quá trình thực hiện chính là sản phẩm.

Trong tình huống lớp học theo lối truyền thống, việc học tập, đánh giá và áp dụng được tách rời, như ba chiếc hộp riêng rẽ. Đầu tiên giả định là bạn sẽ học tập thông qua một quy trình đã được giảng viên lên kế hoạch và quản lý sau khi học xong, bạn được kiểm tra - dựa vào một công cụ và tiêu chí nào đó của giảng viên. Cuối cùng, người ta hy vọng là bạn sẽ sử dụng hiệu quả những gì vừa học được.

Tuy nhiên, trong phương pháp học tập đỉnh cao ba giai đoạn này được kết hợp lại với nhau. Bạn sẽ định ra những mục tiêu và kết quả cho việc học tập của mình dưới dạng hành động, và nhiều hành động trong số đó sẽ xuất hiện ngay trong quá trình học. Thí dụ, bạn nhớ lại rằng sự khác biệt giữa Ruth và Rob là ở chỗ Ruth dường như đang thực hiện việc đánh giá sự nghiệp và thay đổi nghề nghiệp, chứ không phải chỉ học về nó. Cô đã xác định rõ những mục tiêu và các kết quả bao gồm các hành động nói trên như những bức thư thực sự được gửi tới những nhà tuyển dụng có triển vọng. Rob, trong tình huống lớp học theo lối truyền thống, đang học về những kỹ năng như vậy, kèm theo sự mong đợi rằng anh sẽ áp dụng được nó vào trong thực tế sau khi hoàn thành khoá học.

Hãy xem xét cách chúng ta khám phá cuộc sống hàng ngày, liệu một ai đó có những kỹ năng, kiến thức hay khả năng cụ thể nào hay không. Chúng ta đặt ra những câu hỏi như: “Bạn có thể làm việc này không? Tốt đến đâu? Ai có thể nói cho tôi biết cách thực hiện trong một tình huống được cho trước? Bạn có thể theo những gì tôi đang làm hay đang nói đến hay không? Bạn có chứng nhận để thực hiện công việc này hay không? Bạn có thể kiếm được bao nhiêu tiền trong

lĩnh vực này? Tôi có thể xem những gì bạn mới sản xuất ra được không? Bạn tự xếp hạng mình như thế nào trong số những người mà công việc của họ làm bạn ngưỡng mộ?".

Bạn có thể đánh giá việc học tập của mình bằng các chuẩn mực hình thành bên ngoài việc học tập. Đôi khi sự đánh giá này sẽ cho một kết quả rõ ràng, ví như một quả cà chua có thể bán được, một con đường có thể sử dụng được, một văn phòng hoạt động trơn tru, hay một cuốn sách được nhiều người đón nhận. Trong nhiều trường hợp khác nó sẽ ít hiển nhiên hơn nhưng mức độ quan trọng là như nhau, ví như nhận thức mới về sự lựa chọn trong cuộc sống hàng ngày, ý thức cộng đồng, hay khả năng làm cho cuộc sống của ai đó tốt hơn. Còn trong một số tình huống khác nó sẽ là sự thay đổi, được tôi rèn trong cuộc sống của những người khác: thí dụ, đứa trẻ bị đánh thức để đi học, hay các ông bố, bà mẹ được khuyến khích đặt ra thách thức với những nhà chức trách của nhà trường.

Những thành tích, khả năng, ảnh hưởng xã hội, sự nhạy cảm được củng cố và niềm tin chắc chắn - những kết quả như vậy là thước đo học tập hoàn toàn đích đáng. Việc đánh giá kết quả như vậy, theo một cách nào đó, là khó khăn hơn so với việc tiến hành bài kiểm tra vào cuối khoá học và xếp loại thứ bậc, nhưng phần thưởng xứng đáng với thử thách đó.

SỬ DỤNG MỘT KẾ HOẠCH HỌC TẬP

Cho tới bây giờ, tôi vẫn hi vọng rằng, việc lập kế hoạch như trong phần trước sẽ mang lại kết quả. Danh sách sau được thiết kế để làm rõ mối quan hệ giữa chủ đề trong mỗi chương với kế hoạch học tập. Bạn phải làm 10 bước sau để thực hiện kế hoạch của mình.

1. Chọn mục tiêu. Định rõ mục tiêu khi bạn bắt đầu học; cải tiến hay thay đổi chúng khi bạn tiến hành.

2. Sắp xếp theo thứ tự năng lực và sự nhiệt tình đầy đủ của mình. Bạn sẽ sẵn sàng bước vào trạng thái làm việc liên tục bằng cách giữ cho vấn đề của mình ở mức độ thử thách phù hợp và theo đúng phong cách của bạn.

3. Tận dụng kiến thức, kinh nghiệm và thái độ trước đây đối với vấn đề đó. Hãy bắt đầu từ điểm độc đáo và sự tự tin của mình.

4. Điều chỉnh từng chi tiết trong môi trường học tập để bạn được học ở nơi tốt nhất, vào thời điểm tốt nhất, trong điều kiện tốt nhất cho bạn và cho vấn đề cụ thể này.

5. Hãy sử dụng phương pháp riêng của bạn. Khi “cảm thấy” phương pháp của mình giải quyết được vấn đề đó và cảm nhận những phương pháp có thể thực hiện, bạn hãy kết nối những cơ hội học tập và nguồn tài liệu theo cách riêng của mình.

6. Hưởng lợi ích từ nhiều nguồn tài liệu và cơ hội phong phú. Bạn có thể rút ra những yếu tố thu hút mình nhất từ mọi người, từ các tổ chức, phương tiện truyền thông và hoàn cảnh công việc.

7. Hãy kiểm soát thời gian. Bạn có thể làm chậm lại, tăng tốc lên, hay thay đổi để thời gian biểu phù hợp sự thay đổi hoàn cảnh trong cuộc sống.

8. Hãy sử dụng kỹ năng học tập sáng tạo vào quá trình học tập trong đó bạn nghiên cứu chủ động và theo phương pháp của cá nhân mình.

9. Hưởng lợi từ sự thay đổi, may mắn và trực giác. Bất kỳ khi nào bạn tham gia vào một chủ đề, kỹ năng hay vấn đề phát sinh nào đó, bạn sẽ thấy đột nhiên những thông tin, sự tiếp xúc và sự hiểu biết sâu sắc bắt đầu đột ngột xuất hiện. Khi tự chịu trách nhiệm về việc học của mình - bạn đã xác định được đúng vị trí để tận dụng tối đa các sự kiện xảy ra như vậy.

10. Xác định rõ kết quả bạn muốn từ việc học tập của mình. Đánh giá kết quả theo cách thích hợp và hiệu quả nhất đối với bạn.

DỰA VÀO CHÍNH MÌNH

Như học viên xuất sắc nhất, bây giờ bạn biết rằng sẽ luôn có rất nhiều điều cần học và nhiều phương pháp để học chúng. Bạn nhận ra phong cách học tập của cá nhân mình và khả năng phát triển một dự án học tập nhằm làm cho phong cách học đó phù hợp nhất với những gì bạn muốn học. Bạn có cuốn sổ nhật ký học tập để theo dõi mọi thứ, từ kế hoạch học tập chính tới những ghi chú thường xuyên cho việc học tập trong tương lai, và bạn có một bảng phân hạng những công cụ và kỹ năng sẽ giúp bạn học bất kỳ điều gì bạn chọn.

Tôi hy vọng bạn cũng khám phá ra rằng việc học tập không cần mất nhiều công sức như khi học trong trường nhờ vào khoá học trong cuốn sách này. Hơn nữa, tôi hy vọng bạn chia sẻ với tôi niềm tin chắc chắn rằng việc học tập là phần thiết yếu của một cuộc sống lành mạnh. Đó là sự kết hợp giữa bài tập trí óc và niềm vui khám phá không ngừng. Nó làm cuộc sống đầy đủ và trọn vẹn hơn. Học tập là thời gian bạn đầu tư cho bản thân trong việc phát triển và cải thiện kinh nghiệm độc đáo riêng.

Những bước tiếp theo là tuỳ thuộc vào bạn.

11. HỌC CÁCH KIẾM TIỀN ĐỂ SỐNG: TỰ PHÁT TRIỂN SỰ NGHIỆP THÀNH CÔNG

Marc Andreessen, người phát minh ra Netscape, tự thấy mình đang ở vị thế đó. Chương trình phần mềm do ông phát minh ra đã thay đổi cả thế giới những người sử dụng máy tính khi nó xuất hiện vào năm 1995. Vào ngày IPO (Initial Public Offering - ngày phát hành cổ phiếu lần đầu ra công chúng) của công ty, ông thấy giá cổ phiếu tăng vọt từ 7 đô-la lên tới 36 đô-la. Ông nhớ lại: “Tôi đã nhìn thấy giá cổ phiếu và kêu lên một cách kinh ngạc: “Eeek!”. Đến ngày 5 tháng 12, cổ phiếu đã đạt tới 85,5 đô-la, mức giá cao nhất từ trước tới nay, và cổ phần của Andreessen đáng giá hơn 170 triệu đô-la.

Nhưng tới trước mùa thu năm 1997, Microsoft đã đánh trả lại bằng sản phẩm cạnh tranh, Explorer 4.0. Cổ phiếu của Netscape sụt giảm nhanh chóng, và đến tháng Giêng năm 1998, Andreessen đã phải công bố khoản thua lỗ 88 triệu đô-la hàng quý và sa thải 150 người. Những sự kiện trên chính là cuộc sống trong lĩnh vực náo động này - cũng như trong nhiều lĩnh vực khác ngày nay.

Andreessen hiện nay đã dồn hết tâm trí vào cuộc chiến đấu một mất một còn để cứu công ty mình. Và công cụ chủ yếu của ông là... học tập.

Câu chuyện trang bìa nói về cuộc khủng hoảng này của tạp chí có tiêu đề là “Sự giáo dục của Marc Andreessen.”

Andreessen đã phải học cái gì?

Ông ta đã phải học điều giống những gì tất cả chúng ta đều phải học trong suốt sự nghiệp của mình:

- Thái độ
- Các kỹ năng

- Kiến thức

Thái độ: Andreessen phải vượt qua cú sốc tâm lý do vận may của công ty bị đảo lộn. Ông phải học cách làm thế nào để hâm nóng lại lòng nhiệt tình và sự tự tin của mình. Việc trau dồi loại chỉ số EQ Emotional Intelligence này bây giờ đang được coi là quan trọng hơn chỉ số IQ hay kỹ năng nghề nghiệp đối với sự thành công trong sự nghiệp và trong cuộc sống - đó là lý do giải thích tại sao nó đã được nhấn mạnh nhiều đến vậy trong những chương đầu cuốn sách này.

Kỹ năng: Andreessen đã phải chuyển từ vị trí người phát minh thành nhà quản lý. Trong trường hợp đặc biệt của ông, sự chuyển đổi này tiêu tốn ít thời gian hơn so với những người bạn chuyên ngành kỹ thuật và nhiều hơn rất nhiều so với cố vấn quản lý của ông, giám đốc điều hành Netscape, James Barksdale. Tuy nhiên, hầu hết sự nghiệp của mọi người đều bao hàm nhu cầu chuyển đổi tương tự nhau tại một điểm trọng yếu nào đó, từ việc tập trung vào các phương diện kỹ thuật của công việc sang việc trở nên lão luyện hơn trong kỹ năng làm việc nhóm, lãnh đạo và quản lý các bộ phận chính của doanh nghiệp.

Kiến thức: Andreessen cũng có nhiều kiến thức phải học. Tạp chí đã viết rằng tuy đã là người đi tiên phong trong lĩnh vực của mình, ông vẫn "đòi hỏi kiến thức và tiếp thu nhanh nhất trong khả năng tối đa của mình".

Vì vậy, thậm chí sau khi tạo ra 170 triệu đô-la trước khi tròn 25 tuổi, Marc Andreessen vẫn cần học những kỹ năng, thái độ và kiến thức mới.

Thành công trong sự nghiệp của bạn cũng phụ thuộc vào khả năng học tập và phát triển. Tôi gọi tắt nguyên tắc học cách kiếm tiền này là L(earning) (Học kiếm tiền).

QUY LUẬT HỌC KIẾM TIỀN

Tất cả nghiên cứu về những nơi làm việc hiện đại tại Mỹ đều xác nhận hai quy luật "thép" đối với sự thành công trong sự nghiệp ngày nay như sau:

1. Càng học nhiều, bạn càng kiếm được nhiều tiền. Việc đạt được

những kỹ năng, kiến thức, và thái độ phù hợp sẽ mang lại kết quả là sự tiến bộ.

2. Càng kiếm được nhiều tiền, bạn càng cần học nhiều hơn. Bạn càng thăng tiến trong sự nghiệp, công việc sẽ đòi hỏi bạn phải sử dụng nhiều thông tin được cập nhật hơn và kỹ năng phức tạp hơn.

Cho dù bạn đang ở vị trí nào trong nấc thang sự nghiệp của mình đi nữa - ở cấp độ mới vào làm hay quản lý có thâm niên - việc học tập không ngừng sẽ làm cho bạn kiếm được nhiều tiền hơn, thăng tiến nhanh hơn, và nhận được nhiều sự hài lòng hơn từ công việc. Cho dù được đào tạo chính thức ở cấp độ cao thế nào đi nữa, bạn cũng không thể chỉ dựa vào đó để thúc đẩy sự nghiệp của mình sau khi tốt nghiệp.

Chúng ta thường nghĩ rằng những sinh viên tốt nghiệp tại Harvard, đã nhận được "sự giáo dục tốt nhất có thể mua được bằng tiền" nói theo nghĩa đen, đơn giản là có thể sử dụng những gì họ đã học trong trường đại học nhằm đạt được thành công trong sự nghiệp.

Không hoàn toàn như vậy!

Bằng việc so sánh những người đã thành công một cách rõ ràng với những người có sự nghiệp bị sụp đổ hay đình trệ, Kotter đã phát hiện ra điều làm cho mọi người phải giật mình.

Những người cho biết đã học từ hàng loạt các kinh nghiệm luôn luôn nằm trong nửa đứng đầu lớp học về cách kiếm tiền và thành quả đạt được.

Việc học tập từ thực tế không hề hạn chế sự nghiệp của những người này. Giáo sư Kotter lưu ý rằng khá nhiều trong số những người sự nghiệp dường như yên ổn thực sự đã phải đấu tranh với những vấn đề đau thương của cá nhân và gia đình như: ốm đau, cái chết, ly dị, v.v... Những cá nhân này có khả năng học tập, đương đầu với khó khăn và tiếp tục công việc. Đây chính là những người đã vượt qua các thử thách, khác biệt với những ai bị suy sụp.

BA CHIẾN LƯỢC HỌC KIẾM TIỀN CHÍNH

Kết hợp học tập vào trong công việc, nghề nghiệp, chuyên môn và

sự nghiệp của mình như thế nào?

Bạn cần bắt đầu nghĩ về công việc hiện tại của bạn và công việc kế tiếp - dưới góc độ học tập. Thực hiện việc này gồm ba bước như sau:

1. Lựa chọn công việc và những nhiệm vụ cụ thể được giao dưới góc độ là bạn có thể học được bao nhiêu từ chúng.

2. Truyền cảm hứng việc học tập và phát triển vào công việc hàng ngày của bạn.

3. Sử dụng những gì bạn đã học để thăng tiến trong sự nghiệp.

Bạn sẽ thấy những điều trên làm hài lòng chính mình bởi vì bạn sẽ học những gì bạn cần và muốn biết, để trở thành con người bạn mong muốn. Hàng ngày, trên đường về nhà, bạn sẽ có cảm giác hài lòng khi mình học được ít nhất một bài học thú vị và có giá trị. Chúng làm phong phú thêm kỹ năng, kiến thức hay thái độ của bạn.

Điều này đặc biệt quan trọng khi bạn mới bắt đầu khám phá ngành nghề mới, vì dường như bạn có nhiều nhiệm vụ lặp đi lặp lại và chẳng thú vị gì. Điều thiết yếu là tìm ra cách để phấn chấn trong "thời gian học nghề" này với niềm vui trong học tập.

Khi thăng tiến trong sự nghiệp, quá trình này được chú trọng nhiều hơn. Tôi biết một chuyên gia y tế trẻ đã cắt ra từ cuốn tạp chí chuyên môn mục quảng cáo về công việc lý tưởng mà cô muốn có trong vòng 5 năm rồi đánh dấu những kinh nghiệm, các loại chuyên môn, phẩm chất cụ thể đã được yêu cầu và sử dụng nó như một chương trình học tập tổng thể!

Trong phương pháp học điều khiển sự nghiệp này, câu hỏi then chốt đã trở thành: "Tôi mong muốn đi tới đâu trong sự nghiệp và cuộc sống của mình. Vậy tôi phải học những gì để có được điều đó?!".

Thực hiện phương pháp học tập này như một phần công việc hàng ngày có một số lợi ích khiến bạn hứng thú và lợi ích cả về mặt kinh tế:

- Nó làm cho bạn cảm nhận thấy mình đang kiểm soát, mặc dù công việc có vẫn hơi lộn xộn. Nó giúp bạn giải quyết áp lực từ sự

thay đổi không ngừng của các thử thách.

- Nó cho bạn cảm giác không ngừng phát triển, thay vì chỉ giữ cho mình ở một mức độ nhất định.

- Nó làm cho bạn trở thành một nhân viên, thành viên trong nhóm, ông chủ, hay nhà cố vấn được quý trọng. Bạn sẽ thấy những người xung quanh mình được tiếp thêm sinh lực bởi sự phát triển không ngừng của bạn.

Các nhà tuyển dụng đang tìm kiếm kiểu nhân viên như vậy. Trên thực tế, phần thưởng cho phương pháp học tập đỉnh cao trong kinh doanh và các ngành công nghiệp, do những nguyên tắc và các bài thực hành trong cuốn sách này khơi gợi, đã bắt đầu được cung cấp cho tất cả tổ chức nổi tiếng trên toàn quốc. Những người được khen thưởng gần nhất, khi tôi viết cuốn sách này, là những người thuộc các hãng đứng hàng đầu trong danh sách như từ BHP Copper tới Hughes Knowledge Center Southwest.

Lựa chọn nhiệm vụ và công việc phù hợp. Những người tham danh vọng khôn ngoan nhất tìm ra phương pháp để chọn lựa công việc và nhiệm vụ được giao với cách nhìn hướng tới những gì họ sẽ học được.

Để học tập theo những người xây dựng sự nghiệp khôn ngoan này, bạn cần trả lời ba câu hỏi sau:

1. Tôi cần biết cái gì, và có thể làm gì để có thể thành công tại vị trí mình mong muốn nhất?

2. Tôi có thể tận dụng thành thạo kiến thức hay năng lực đó trong công việc hay nhiệm vụ gì?

3. Tôi có thể sử dụng những cơ hội giáo dục và đào tạo của tổ chức để mở rộng và củng cố kỹ năng của mình như thế nào? (Xem phần kiểm tra phòng đào tạo của bạn phía dưới đây).

Truyền cảm hứng học tập vào công việc tôi đã chọn từ “infuse” (truyền) để mô tả quá trình này, bởi vì nghĩa gốc của nó là “pour into” (rót vào). Việc học tập cho sự nghiệp của bạn sẽ không chỉ là những điều bạn thêm vào bên cạnh các nhiệm vụ công việc khác của mình.

Nó sẽ lan ra ở mọi công việc bạn thực hiện tại nơi làm việc.

Việc học tập không phải là những gì bạn mới làm, ở một buổi hội thảo có huấn luyện kỹ năng hay hội nghị chuyên đề không thường xuyên. Nó không chờ đợi cho tới khi bạn tham dự vào một buổi hội thảo thường niên thuộc lĩnh vực của mình hay đăng ký theo học một chương trình vì chứng nhận hay vì một tấm bằng.

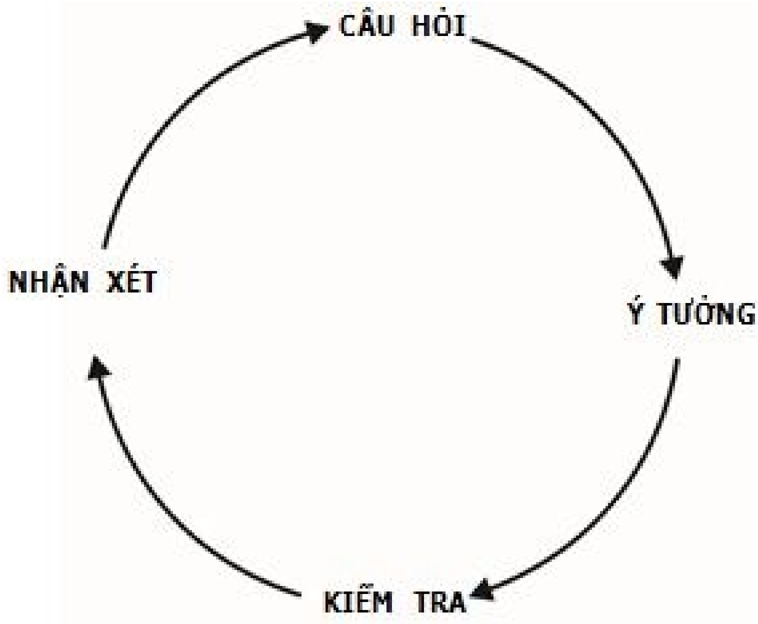
Hơn nữa, học tập đơn giản chỉ là một mặt trong công việc hàng ngày của bạn. Mỗi ngày bạn có thể và nên tìm kiếm những cơ hội thú vị để học thêm điều gì đó mới mẻ. Với mỗi sáng kiến hay kế hoạch, nếu bạn tiếp cận nó đúng cách (và đặt ra các câu hỏi sáng tạo về nó) thì nó sẽ mang lại những kiến thức mới và các kỹ năng cũng được củng cố. Vào mỗi buổi tối, trên đường từ nơi làm việc về nhà, bạn sẽ có thể trả lời câu hỏi: “Tôi đã làm gì quan trọng và có ý nghĩa cho sự nghiệp của mình ngày hôm nay?”.

Mô hình bánh xe của việc học kiếm tiền

Bánh xe là mô hình cơ bản cho việc học kiếm tiền.

Điều này quan trọng tới mức tôi đã sử dụng chiếc bánh xe thật khi giảng giải về nó cho người tham dự buổi hội thảo.

Tất nhiên, tôi đã nhận được những cái nhìn khôi hài ở sân bay khi đến cổng với chiếc vòng chất dẻo có gắn đèn nê-ông mầu đỏ cao bằng mình. Ở khách sạn, người phục vụ ở khách sạn làm ra vẻ không chú ý tới nó khi anh ta treo nó lên chiếc xe để hành lý. Khi tôi được giới thiệu để trình bày và chiếc vòng được đặt hết sức dễ nhận thấy ngay bên cạnh tôi tại bàn dành cho người thuyết trình, người tổ chức buổi hội thảo này dường như cảm thấy cần nhấn mạnh vào những bằng cấp mang tính hàn lâm của tôi nhiều hơn một chút so với thường lệ...



Nhưng chiếc vòng khổng lồ màu đỏ đã giúp tôi giải thích tại sao bánh xe là mô hình học tập tại chỗ tốt nhất. Tôi trình bày về chu trình gồm bốn bước giúp bộ não chúng ta hoạt động bằng cách quay nó đi mỗi lần một phần tư vòng. Khi nói về người nào đó ở nơi làm việc, "bạn có thể nhìn thấy trong thực tiễn những vòng quay luôn luôn quay trong đầu cô ấy". Trên là vòng quay mà chúng ta đang nói đến.

Mỗi khi chúng ta đứng trước một tình huống rắc rối ở nơi làm việc, hãy bắt đầu quay những vòng quay (trong mô hình bánh xe).

"Câu hỏi, rắc rối, hay vấn đề phát sinh ở đây là gì?".

"Những ý tưởng mới, hay cũ nào có thể phù hợp?".

"Hãy thử ý này, như một bài kiểm tra."

"Chúng ta có thể học được gì những tác động lên các kết quả?"

Câu hỏi: Tại sao có quá nhiều nguyên vật liệu phải bỏ đi do sự thiếu chính xác?

Ý tưởng: Những công nhân không cẩn thận khi đặt nguyên vật liệu vào trong máy. Nếu được nhắc nhở là phải có trách nhiệm, họ sẽ thực hiện công việc tốt hơn. "Họ phải thực sự muốn như vậy".

Kiểm tra: Mỗi người công nhân được nhắc nhở nên cẩn thận hơn trong quá trình xử lý nguyên vật liệu vào sáng thứ Hai hàng tuần.

Nhận xét: Điều đó không làm giảm số lượng món đồ bị bỏ đi. Cách tốt hơn để khuyến khích người công nhân thực hiện công việc như chúng ta mong muốn là gì?

Bạn có thể học nhiều về phong cách thực hiện của riêng mình bằng việc sử dụng mô hình bánh xe. Sau một tuần sử dụng nó ở nơi làm việc, hãy tự hỏi mình cảm thấy thoải mái nhất ở vị trí nào trên mô hình bánh xe.

Bạn có nhận được nhiều thái độ hài lòng từ việc trình bày rõ ràng những câu hỏi và các vấn đề của mình hay không? Bạn đã suy nghĩ thông suốt để đưa ra các ý tưởng hay không? Bạn có kiểm tra những gì đã thực hiện? Hay bạn có phản hồi lại những cách làm để có thể làm tốt hơn trong lần sau? Sự ưu tiên của bạn sẽ nói lên rất nhiều về loại công việc mà mình ưa thích và bạn có thể đóng góp nhiều nhất vào một nhóm làm việc như thế nào.

Những báo cáo hậu hành động

Kỹ năng chính để giữ cho mô hình bánh xe của việc học kiếm tiền L(earning) quay là thực hiện "những báo cáo hậu hành động" vào cuối mỗi phần công việc quan trọng. Kỹ năng này được mô tả ngắn gọn như dưới đây:

Khi buổi họp thường niên kết thúc, trước lúc bạn gói ghém tất cả tập sách mỏng không sử dụng và thanh toán ngân phiếu cho nhà quản lý, hãy ngồi xuống một góc yên tĩnh và viết ra hai danh sách sau: (1) những thứ bạn đã làm đúng, và (2) những thứ bạn đã làm sai. Sau đó hãy đặt nó vào trong tập hồ sơ dành cho hội nghị của năm tới.

Việc này được gọi là báo cáo hậu hành động - một chút tác phong quan liêu trong quân đội nhưng có giá trị, nên đều được bất kỳ một tổ chức ở bất cứ một quy mô nào chấp nhận sử dụng. Báo cáo kiểu như vậy được lập dựa trên bất kỳ một hoạt động quan trọng nào đó sẽ tái diễn trong tương lai, cho dù đó là một cuộc họp, hay chuyến du lịch dài ngày. Trí nhớ là thứ không thể tin tưởng hoàn toàn được. Bạn sẽ quên ngay những bài học hữu ích mà mình học được trong thời gian này sau một năm nữa.

Và bản tóm tắt ghi lại những gì đã xảy ra kèm theo với các nguyên nhân gây ra nó, bao gồm những khuyến nghị để có thể làm việc đó tốt

hơn và nhanh hơn trong các lần sau, sẽ tiết kiệm cho bạn nhiều thời gian cũng như sinh lực.

Việc lập những báo cáo hành động này theo thứ tự các bước do nhà văn và trợ lý giám đốc, Edwin Bliss đề xuất trong tác phẩm *Thực hiện mọi công việc* rất quan trọng.

Hầu hết tất cả mọi người đều có xu hướng tập trung ngay lập tức và thường loại trừ những gì đã làm sai. Tất nhiên những điều đó quan trọng trong việc học kiếm tiền L(earning). Tuy nhiên từ quan điểm nhìn nhận đúng - sai, việc xem xét lại những gì mình đã làm đúng lại mang tính quyết định!

Bạn hãy luôn luôn bắt đầu bằng cách tự cho mình nhiều những cái vỗ vai tán thưởng. (Để làm điều này, bạn hãy nhớ lại phát biểu của Woody Allen: “90% thành công trong cuộc sống chỉ là sự thể hiện ra bên ngoài”).

Những gì bạn thực hiện với các báo cáo hậu hành động thực sự cũng rất quan trọng. Đầu tiên, hãy cân nhắc những người bạn chia sẻ cùng để trình bày kết quả và những điều học được hiệu quả nhất. Bạn có thể chia sẻ hoặc bằng cách gửi một bản sao chép tới họ, hoặc bằng cách sử dụng nó như một “bài phát biểu” trong một buổi thảo luận về kế hoạch đó.

Hơn nữa, bạn cần chắc chắn là sẽ sắp xếp và lưu trữ nó, dưới dạng giấy tờ hay số hóa, để đảm bảo bạn luôn được nhắc về nó và có thể hưởng lợi từ nó, khi một vấn đề hay thử thách tương tự đến với bạn.

Trường học theo kiểu “Hey, Joe!”

“Hey, Joe! Bạn mở phần mềm Power Point như thế nào?”.

“Ồ, không có vấn đề gì. Tôi sẽ chỉ nó cho bạn”.

“Cám ơn Joe”.

Những câu hỏi và những câu trả lời như thế này là một nguồn tài liệu học cách kiếm tiền (Learning) lớn nhưng hầu như không được mọi người nhận thấy.

Thực vậy, những nghiên cứu của Văn phòng lao động đã khám phá ra rằng khoảng 70% hoạt động đào tạo trong lĩnh vực kinh doanh và các ngành công nghiệp ở Mỹ là “không chính thức”. Điều đó có nghĩa là việc đào tạo không diễn ra thông qua giảng dạy trong các lớp học hay thậm chí theo phương pháp học tự định hướng mà lại xảy ra giữa một người công nhân với giám đốc hay giữa hai chuyên gia với nhau. Và điều này được Eliot Masie đặt cho cái tên Trường học theo kiểu “Hey, Joe!”.

Ở mức cao hơn, trường học theo kiểu “Hey, Joe!” trở nên sâu sắc, được duy trì liên tục, đầy đủ và chúng ta gọi đó là sự cố vấn đầy kinh nghiệm - điều đã được Marc Andreessen áp dụng phương pháp đối với James Barksdale, một đồng nghiệp cấp cao của ông. Tuy nhiên, nó cũng diễn ra ở mọi nơi và vào mọi thời điểm, trong các “tổ chức học tập” lành mạnh.

Cuộc đối thoại theo kiểu “Hey, Joe!” không hề bị hạn chế trong tổ chức của bạn. Nhiều nhà quản lý tôi biết đã nói rằng nguồn cung cấp thông tin mới, tốt nhất trong lĩnh vực của họ chính là... những người bán hàng rong! Họ biết rõ hơn về sản phẩm, dịch vụ của họ và của đối thủ cạnh tranh với họ. Điều này đặc biệt hữu ích khi bạn đang khám phá một lĩnh vực hay cố gắng giải quyết vấn đề mới.

Học tập bàn tròn

“Học tập bàn tròn” là bước đi tiếp theo phát triển từ trường học theo kiểu “Hey, Joe!”. Chúng đơn giản là những nhóm người đang nói chuyện với nhau, bên ngoài cơ cấu chính thức của tổ chức đó, theo các cách mà sẽ dẫn tới kết quả là sự tiến bộ không ngừng và phát triển cá nhân.

Bạn sẽ tìm thấy cách học tập này trong bất kỳ xó xỉnh nào của các doanh nghiệp thành công nhất.

Hãy đi lang thang khắp các hành lang ở Microsoft, Memorial Sloan-Kettering, GE, hay Sprint - nhìn kỹ vào trong các văn phòng, những phòng nhỏ và phòng hội thảo - bạn sẽ tìm thấy những cuộc hội thoại kiểu này ở khắp mọi nơi. Thí dụ, trong suốt cuộc tư vấn diễn ra hai ngày ở một hãng hàng đầu trong ngành công nghiệp bán hàng từ xa đang rất phát triển hiện nay, tôi đã khám phá ra:

- Công nhân học được nhiều hơn về trang thiết bị mới trong một bữa trưa ăn do mọi người tự mang từ nhà tới nơi làm việc so với việc học trong lớp đào tạo.

- Một cuộc thảo luận đặc biệt, về bài báo trên tạp chí mới ra, hay một nghiên cứu thương mại, v.v...

- Cuộc hội ý sáng tạo, việc đầu tiên trong buổi sáng để dự đoán những công việc nào sẽ làm trôi chảy trong ngày và lập kế hoạch duy trì tiến độ.

- Một diễn đàn, một phòng tán gẫu hay danh sách thư điện tử, và nhóm làm việc cộng tác trên mạng.

- Một buổi họp kín nhằm xem xét lại những thành tích đã đạt được trong tuần tại phòng Giám đốc điều hành vào buổi chiều thứ Sáu bình thường.

"Học tập bàn tròn" có một động lực phát triển bên trong. Một khi đã bắt đầu, chúng sẽ được tăng cường mạnh lên và đi theo những hướng riêng.

Thật vậy, con người luôn bắt đầu bằng việc "lựa chọn xã hội riêng cho mình": những người đồng nghiệp khuyến khích suy nghĩ của người khác. Và nhiều người hơn sẽ bị lôi cuốn hay bắt đầu tạo thành những nhóm riêng của họ. Họ cùng bị hút vào những vấn đề thú vị và hữu ích đối với mình. Họ chia sẻ thông tin và những nguồn tài liệu được đưa vào trong cuộc nói chuyện.

Mô hình học tập này có thể vượt quá giới hạn chỗ làm việc cá nhân.

Học tập bàn tròn cũng có thể trở thành phương thức giáo dục chủ chốt trong lĩnh vực chuyên môn hay ngành nghề nào đó. Tôi đã đề xuất một chương trình như vậy khi đang chủ trì thường viên hội nghị của Hiệp hội các giám đốc chuyên môn (của Hiệp hội thanh niên theo đạo Cơ Đốc trong nước). Giám đốc Jim Stooke, người đã nhận được sự hưởng ứng đáng kể từ những hội viên, đã hào hứng chấp nhận đề xuất này. Stook và những nhà lãnh đạo hiệp hội đã tung ra chương trình "học tập bàn tròn", để khuyến khích các hội viên tạo ra những nhóm cam kết học tập cùng nhau. Lời tuyên bố ban đầu đã kéo theo

800 câu hỏi! Stooke đã trả lời một cách đơn giản nhưng ấm áp: “Những người bạn đến với nhau để chia sẻ kinh nghiệm học tập đã được lựa chọn là trái tim và tâm hồn của chương trình này”.

Những “học tập bàn tròn” này hoạt động như thế nào trong thực tế? Mỗi nhóm sẽ tự chọn ra năm thành viên và sẽ tự quản lý. Sau đó, họ sẽ nhận một “bộ đồ nghề cho người bắt đầu” gồm có các hướng dẫn và nguồn tài liệu như từ những chiếc đinh ghim đính vào ve áo cho tới một cuốn băng ghi âm.

Các thành viên trong mỗi nhóm học tập này sẽ cùng nhau lựa chọn kế hoạch học tập dựa trên cơ sở nhu cầu và lợi ích của mình.

Những hoạt động điển hình là:

- Thảo luận về cuốn sách mới của Tom Peters, rất phù hợp với tình hình địa phương.

- Tham dự một buổi hội nghị chuyên đề về cách sử dụng mạng Internet, và thực hiện làm việc cùng nhau như một nhóm.

- Tập trung vào ba xu hướng của tương lai ảnh hưởng tới tất cả thành viên trong nhóm.

Bộ đồ nghề ban đầu cung cấp cho mỗi nhóm tư liệu thú vị như từ chiếc đinh ghim đính vào ve áo và những tấm thẻ chứa thông tin để nhóm có thể xúc tiến cho tới một cuốn băng ghi âm và sách hướng dẫn phương pháp học tập đỉnh cao, sổ nhật ký học tập và những tập giấy dành cho “Ý tưởng lớn”.

Lắng nghe với đôi tai vàng

Khi tôi đang viết ở phần này, Phil Condit đã nhận được một công việc mới và khăng khăng cho rằng một trong số những phẩm chất chính của mình là đôi tai lớn (Thật vậy, đôi khi đôi tai là điều đầu tiên mà mọi người chú ý tới khi gặp anh ấy). Do đó, anh tận dụng chúng để nhấn mạnh tầm quan trọng của việc lắng nghe trong quá trình làm việc.

Bạn hãy bắt đầu sử dụng kỹ năng lắng nghe của bạn như một chiến lược, chứ không chỉ mang tính chiến thuật. Thậm chí hãy tiến

xa hơn việc chỉ đơn thuần thu nhặt một ý tưởng ngẫu nhiên ở đâu đó. Việc lắng nghe tốt có thể giúp bạn khám phá ra những gì đang thực sự diễn ra trong tổ chức của mình - tại sao những mục tiêu cao không đạt được và những cơ hội mới ẩn nấp ở đâu.

Sử dụng công nghệ mới bao gồm máy vi tính

Nhiều phương pháp học tập đã được nêu ra trong chương này có thể thúc đẩy hay được làm tốt hơn nhờ công nghệ. Ví dụ các nhóm học tập bàn tròn khơi dậy sự hứng thú trong những cuộc thảo luận của họ bằng một cuốn băng video. Những kỹ năng lắng nghe có thể được nâng cấp bằng cách sử dụng hướng dẫn trên đĩa CD-ROM. Sự khích lệ và thông tin cần thiết để giữ cho mô hình bánh xe liên tục quay có thể đến từ những nguồn tài liệu dựa trên cơ sở máy tính.

"Kanbrain" là khái niệm dễ nhớ do Lewis Perleman phát minh ra để tổng hợp các tiềm lực của việc sử dụng công nghệ nhằm bổ sung cho việc học tập trên công việc của bạn. Nó xuất phát từ từ "kanban" của Nhật Bản - hệ thống just-in-time (vừa đúng lúc), trong đó các thành phần cần cho quá trình sản xuất được vận chuyển tới đúng nơi và đúng thời điểm bạn muốn. "Kanbrain" áp dụng khái niệm này vào việc học tập: ý tưởng của nó là đặt toàn bộ cơ sở kiến thức về công ty và tài chuyên môn ở vị trí sẵn sàng sử dụng của mỗi nhân viên, vừa đúng lúc, theo yêu cầu, vào bất kỳ thời gian nào và ở bất kỳ đâu.

Sử dụng L(earning) của bạn để thăng tiến sự nghiệp. Bây giờ chúng ta đã khám phá ra cách bạn lựa chọn công việc và những nhiệm vụ được giao cho cơ hội phát triển như thế nào, và sau đó truyền cảm hứng từ việc học tập hàng ngày vào công việc của bạn.

Dưới đây, tôi muốn đề xuất thêm vài cách bạn có thể sử dụng học tập để thăng tiến trong sự nghiệp. Tất nhiên là bạn có thể không cần hay có thể có được tài liệu cho tất cả việc học tập ngày này qua ngày khác, ví như trong cuộc đối thoại theo kiểu "Hey, Joe!" và. Điều quan trọng là bạn nhận ra rằng mình "đang trên đà phát triển" ngày này qua ngày khác, bằng những cách trọng yếu này. Dưới đây tôi sẽ nói về những ghi chú và việc ghi chép, hay chính xác hơn, những gì bạn học được từ những dự án lớn, các thắc mắc hay những kinh nghiệm như:

- điều hành một dự án lớn.

- tham dự một buổi buổi hội thảo huấn luyện kỹ năng, hội nghị chuyên đề, hay hội nghị.
- tham gia vào một cuộc họp hay chuyến đi quan trọng.
- hoàn thành một kế hoạch hay chương trình tự học được mở rộng.

TÍNH ĐẾN VIỆC HỌC CỦA BẠN TRONG ”BẢN GHI CHÉP LÂU DÀI”

Bạn muốn làm cho việc học tập đầy ý nghĩa trở thành phần trong quá trình làm việc lâu dài của mình. Để làm được việc này, bạn sẽ phải đảm bảo rằng:

- đạt được sự công nhận và uy tín đầy đủ cho đến thời điểm thích hợp để thăng tiến;
- có sẵn nó trong tay để cập nhật vào bản tóm tắt bản thân nhờ việc tự nhắc nhở mình về cách phát triển khả năng của mình;
- có thể sử dụng nó để thúc đẩy tinh thần của bạn khi gặp điều không may mắn trong công việc và muốn tự nhắc nhở rằng mình đã đi được đến đâu, bạn đã sử dụng phương pháp học kiếm tiền L(earning) như thế nào trong quá khứ để tiến lên phía trước.

Việc đầu tiên phải làm là “nắm bắt” việc học tập của bạn bằng cách sử dụng sổ nhật ký học tập và bộ kế hoạch học tập đã được tích luỹ.

Hãy sử dụng tài liệu này như nguồn tư liệu cá nhân và đảm bảo rằng những kế hoạch học tập của bạn được phản ánh trong hồ sơ cá nhân được người giám sát bạn lưu trữ hay được giữ trong phòng đào tạo tại tổ chức của bạn. Nếu không thì bạn hãy bảo quản hồ sơ của mình và liệt kê những mục chính trong bản tóm tắt về bản thân.

Bạn đừng bao giờ lúng túng khi trả lời câu hỏi: “Ba điều quan trọng nhất bạn vừa học được trong tháng này là gì?”. Nhiều người đã gặp khó khăn khi trả lời câu hỏi này vì họ cho rằng việc học chỉ xảy ra khi họ ngồi và được dạy trong một lớp học. Sự cam kết của bạn đối với phương pháp học tập đỉnh cao sẽ giúp bạn dễ dàng vượt qua suy

nghĩ cố hữu này.

TRUYỀN DẠY NHỮNG GÌ BẠN ĐÃ HỌC

Việc dạy cho người khác những gì bạn đã học không chỉ củng cố nó trong đầu - mà còn đóng góp vào trong tổ chức của bạn và mài giũa kỹ năng lập kế hoạch, viết và truyền đạt thông tin. Linda Meyer, Giám đốc sáng lập ra trung tâm học tập nổi tiếng Meyer Learning Center ở Denver, cho biết: “Dạy cho người khác chính là việc quan trọng nhất bạn làm được để nhân lên những ảnh hưởng và giá trị từ việc học tập của bạn”.

Tuy nhiên, bạn không phải dựng lên một lớp học hay khoá học với quy mô đầy đủ. Bạn có thể chia nhỏ vấn đề của mình ra và mời mọi người thảo luận về chúng tại một “bữa ăn trưa tại nơi làm việc” nếu nó phù hợp (Xem phần “Học tập bàn tròn” trong chương này).

Việc giảng dạy của bạn thậm chí không cần là trực tiếp gặp mặt. Bạn hãy viết một bức thư nội bộ có sức thuyết phục, chia sẻ những kỹ năng và chiến lược hữu ích nếu nó thích hợp. Việc làm này không chỉ là chia sẻ những gì bạn mới học được mà còn được đưa vào trong hồ sơ của bạn như là một bản ghi chép lâu dài.

BÁO CÁO “LỢI NHUẬN ĐẦU TƯ” CHO VIỆC HỌC KIẾM TIỀN L(EARNING) CỦA BẠN

Đây là khái niệm chính mà những nhà quản lý thông thái sử dụng để nói về các kết quả mang tính thương mại của việc học tập. Họ đang tìm kiếm một lượng đô-la giá trị cho tổ chức của mình từ những gì bạn mới học được. Họ đặt ra câu hỏi: “Kiến thức hay kỹ năng mới của bạn đã tiết kiệm, hay tạo ra bao nhiêu tiền?”

Một khi đã bắt đầu nghĩ về nó, bạn thấy để tính được con số như vậy không quá khó và nó cho người giám sát của bạn thấy rằng bạn suy nghĩ thực tế, dưới góc độ của những đồng tiền.

Đôi khi bạn hãy trực tiếp đánh giá xem mình đang làm một việc gì đó cho công ty nhanh hơn, tốt hơn hay kinh tế hơn đến đâu. Bạn đã sử dụng những gì mình đang học để làm việc gì đó thuận tiện hơn chưa? Để tránh những sai lầm tai hại hay không? Để đưa ra những quyết định tốt hơn hay không? Để tiết kiệm thời gian và chi phí? Để

cung cấp cho khách hàng bên ngoài và bên trong công ty những dịch vụ được cải thiện tốt hơn hay không?

Hãy tính một đô-la cho những công việc có giá trị như trên. Nếu việc đo lường trực tiếp không dễ dàng thì bạn có thể phát triển một con số như thế bằng cách đơn giản là hỏi người giám sát hay những khách hàng của mình rằng những sự cải thiện nào được họ coi là có giá trị.

Dưới đây là một công thức tính toán đơn giản. Tôi gọi công thức này là DAVELEL (The Dollar Amount of the Value Added by Learning as Estimated by the Learner): Lượng đô-la được gia tăng nhờ việc học tập do học viên ước tính.

A. Bạn dành bao nhiêu phần trăm trong tổng thời gian thực hiện các nhiệm vụ được giao để có thể sử dụng những gì mình đã
học được?

(15%... 40%... 60%... 85%... hay bao nhiêu?)

B. Bạn ước tính mình sẽ đạt mức tăng hiệu quả hay khả năng sinh lời là bao nhiêu khi sử dụng những gì bạn đã học được?

(15%... 40%... 60%... 85%... hay bao nhiêu?)

A = ... B = ...

(chép lại những con số phía trên)

Để tính toán lượng giá trị được gia tăng tính bằng đồng đô-la do việc học tập này mang lại mà bạn ước tính, sử dụng công thức:

A x (lương hàng năm của bạn) x B = $ ...

Giá trị gia tăng tính bằng đồng đô-la

Nguồn: John Noonan, Elevators: How to Move Training Up from the Basement (Nhà xuất bản Twain, Wheaton, IL,

1985).

Nếu bạn muốn biết nhiều hơn về việc sử dụng phương pháp học kiếm tiền L(earning) - để thăng tiến trong sự nghiệp, hãy đọc cuốn sách *Chứng tỏ bạn là người có đủ trình độ* của Charles Hayes (Autodidactic Press, P.O. Box 872749, Wasilla, AK, 99687). Hayes nêu ra cả gợi ý và hướng dẫn về việc đánh cuộc những kỹ năng mới của bạn để có thể thăng tiến. Ông viết: "Một khía cạnh được làm sáng tỏ sẽ giữ cho bạn luôn dẫn đầu trong cuộc chơi trong khi góp phần thay đổi những luật lệ. Mỗi ngày đều có hàng ngàn người dày dạn kinh nghiệm, có trình độ ở Mỹ bị từ chối khỏi các cơ hội công việc và những sự thăng tiến xứng đáng vì thiếu bằng cấp chính thức. Thông thường những đòi hỏi về bằng cấp mang tính quy ước không để làm gì trong công việc. Kết quả là tổ chức đó đánh mất giá trị gia tăng và cá nhân liên quan thì mất tiền, thanh thế và điều mong mỏi".

HÃY DỪNG LẠI ĐỂ QUAN SÁT RỒI LÊN KẾ HOẠCH HỌC TẬP CHUYÊN MÔN KHÔNG NGỪNG

Chúng ta đã tập trung nhiều vào L(earning) trong công việc hiện tại của bạn bằng cách:

1. Lựa chọn một công việc - và những nhiệm vụ được giao cụ thể - mang lại những cơ hội học tập.

2. Truyền cảm hứng học tập vào trong công việc hàng ngày của bạn và trong thời gian dài.

3. Sử dụng những gì bạn đã học được để thăng tiến.

Tuy nhiên, sẽ có những lúc bạn muốn và cần phải đi "ra bên ngoài" vì một vài cơ hội học tập đặc biệt, "chính thức" như:

- một buổi hội thảo huấn luyện kỹ năng nửa ngày trên mạng

- một hội nghị chuyên đề trong ba ngày ở thị trấn.

- một cuộc hội thảo trong lĩnh vực của bạn kéo dài một tuần ở thành phố khác.

- một đợt huấn luyện hành chính kéo dài ba tuần tại trường đại học.

Dưới đây là những cách để giúp bạn tận dụng được những cơ hội như vậy trong hoàn cảnh công việc của bạn.

Ghé thăm phòng đào tạo của tổ chức bạn đang làm

Bạn hãy bắt đầu bằng việc nắm thế chủ động ngay trong tổ chức của mình. Sau khi nhận được sự đồng ý từ người giám sát, hãy đến thăm phòng đào tạo. Đi tới chỗ người có vị trí cao nhất (như giám đốc đào tạo, nhân viên phụ trách chính về việc đào tạo, giám đốc quản lý nhân sự, v.v...) hay gặp trợ lý của họ, trình bày sự quan tâm và mong muốn của bạn đối với việc tự phát triển cá nhân.

Tôi chưa biết trường hợp nào mà nhân viên lại không được tiếp đón tận tình khi họ làm như vậy. Những nhân viên trong phòng đào tạo của đa số công ty đều hết sức tin tưởng vào giá trị của việc học tập không ngừng. Tuy nhiên, họ lại luôn phải đối mặt với sức ỳ mạnh mẽ từ những công nhân và giám đốc. Sự chống đối phổ biến nhất là thái độ nhân nhượng trước tình thế khẩn trương: "Mọi người trong phòng chúng ta có quá nhiều việc phải làm mỗi ngày, họ không thể mất thời gian cho một buổi hội thảo có huấn luyện kỹ năng hay một buổi hội nghị chuyên đề". (Với tư cách là cố vấn quản lý, tôi nhận ra ngay đó là nhược điểm của ban giám đốc. Những nhà quản lý như vậy không nhìn thấy giá trị của việc đầu tư thời gian cần thiết để "mài sắc lưỡi cưa" nhằm làm tăng năng suất và khả năng sinh lời).

Một trong những hậu quả trong thực tế từ sự chống đối này là sử dụng tài năng, nguồn lực, ngân quỹ và những cơ hội dưới mức có thể mà phòng đào tạo đã đề xuất. Vì vậy, họ hầu như luôn hài lòng khi thấy các nhân viên thích tận dụng những gì họ có để cống hiến cho tổ chức.

Dưới đây là một chương trình đã được đề xuất thực hiện đối với phòng đào tạo trong công ty của bạn:

Đầu tiên, hãy thu thập và xem xét lại những tài liệu viết trong sổ tay nhân viên, hợp đồng lao động của bạn hay những văn bản thích hợp khác. Những công ty tốt nhất ngày nay đã cam kết bằng văn bản mức độ giáo dục và đào tạo tối thiểu cho nhân viên.

Sau khi đã chuẩn bị xong, hãy tìm kiếm các câu trả lời hay thông tin sâu hơn về những điều sau đây:

♦ ♦ ♦ ♦

Cam kết của tổ chức đối với việc học tập không ngừng dành cho nhân viên ở vị trí như bạn là gì?

Thông báo nhiệm vụ, chính sách nhân sự, và thực tế đào tạo của tổ chức đó về việc học của bạn là gì?

Tổ chức đó có định rõ số lượng giờ hay ngày tối thiểu trong năm được dành hết cho việc giáo dục và đào tạo hay không?

Việc giáo dục và đào tạo có là một phần trong bảng mô tả công việc của bạn không?

Việc đánh giá và lên kế hoạch đào tạo, giáo dục có là một phần của việc đánh giá thường kỳ công việc của bạn hay không?

Ai quyết định cơ hội đào tạo nào phù hợp với bạn?

Việc đào tạo hiện có dành cho bạn điều chỉnh sự phát triển chuyên môn của mình hay tập trung vào kỹ năng "vừa đúng lúc” để giải quyết vấn đề khi chúng lộ ra hay không?

Những cơ hội tham gia các buổi hội thảo huấn luyện kỹ năng, hội nghị chuyên đề, chương trình học từ xa, chương trình học tập tự định hướng cụ thể nào sắp đến (trong năm tới), hay những cơ hội và nguồn tài liệu khác bạn có thể sử dụng là gì?

Đặt chỗ trước cho bản thân là chiến lược then chốt ở đây.

Bạn hãy quyết định trước thật tốt những cơ hội hấp dẫn nhất sắp đến trong mười hai tháng tới và tự cam kết là sẽ thực hiện. Ghi chúng vào trong lịch của bạn, thảo luận về chúng với người giám sát bạn, bắt đầu đọc những kiến thức cơ sở nếu thích hợp. Sau đó, hãy đảm bảo thời gian với mức độ có thể đạt được. Bạn hãy sử dụng những cam kết và việc lên lịch trước để, né tránh, và khước từ những nhiệm vụ được giao sẽ gây trở ngại. Tất nhiên cam kết của bạn có thể bị gạt sang một bên do sự khủng hoảng hay thay đổi lớn trong hoàn cảnh

công việc. Tuy nhiên, nếu cam kết này được đặt vào đúng chỗ, bạn có thể tăng sức mạnh của mình lên rất nhiều.

Nếu không làm được điều này thì có lẽ "thái độ nhân nhượng trước tình thế khẩn trương” sẽ rất dễ dàng khiến cho bạn không quan tâm đến những công việc trên.

Những nguồn tài liệu nào bạn có thể sử dụng cho việc học tập tự định hướng?

Hãy tìm hiểu kỹ những nguồn tài liệu trong tủ sách đào tạo của công ty, bao gồm các tài liệu in (như: sách, tạp chí, thư thông báo) cũng như những tài liệu thông tin nghe nhìn và dựa trên cơ sở máy tính.

Ở đây, việc học tập dựa trên máy tính cũng mang lại những cơ hội quan trọng như chúng ta đã khám phá trong chương "Học tập tối ưu trong không gian ảo”.

Công ty cung cấp sự hỗ trợ nào cho những cơ hội học tập chính thức?

Bạn hãy tìm ra những chính sách liên quan tới vấn đề hoàn lại học phí, thời gian được đưa ra, sự công nhận và khen thưởng cho việc học chính thức mà bạn có thể mong muốn khi học ở một trường đại học, trường dạy nghề hay tổ chức giáo dục khác. Nếu những sự sắp xếp mà bạn muốn không hoàn toàn phù hợp với các chính sách thông thường của tổ chức thì hãy hỏi về việc phá luật một chút. Từ trước tới nay, tôi chưa từng gặp một vị Giám đốc đào tạo nào lại không sẵn lòng đáp ứng yêu cầu có thể chấp nhận được từ nhân viên hứng thú với việc học tập.

Bạn nên sắp xếp thành hệ thống và ghi chép chi tiết về việc học của mình như thế nào để nhận được sự ủng hộ, công nhận thích hợp và hỗ trợ phù hợp như thế nào?

Nhiều tổ chức đã lập sẵn các mẫu để lên kế hoạch và ghi chép chi tiết về việc học của bạn, và cho biết có quan hệ như thế nào với trách nhiệm trong công việc của bạn hướng tới những mục đích và mục tiêu phía trước của công ty. Chúng thường được gọi là "Kế hoạch phát triển cá nhân” hay với nhan đề tương tự khác. Bằng cách sử dụng

những mẫu này, bạn đảm bảo rằng việc học tập của mình phù hợp với những yêu cầu cần thiết để được hỗ trợ và công nhận.

♦ ♦ ♦ ♦

Bạn cũng nên tận dụng tối đa ưu điểm của hoạt động giáo dục không ngừng và dành cho người trưởng thành được đưa ra trong cộng đồng của mình. Hãy ghi tên vào danh sách để nhận những cuốn catalog phát hành sáu tháng một lần từ các trường cao đẳng và đại học trong vùng của bạn, hay từ bất kỳ tổ chức phi giáo dục nào như các trung tâm phát triển, học viện, hay các trường phổ thông. Hãy xem phần mở đầu chương “Trường đại học vô hình”: “Giáo dục không ngừng: Tự tạo chương trình giảng dạy riêng của bạn”.

Học viên đáng giá 17 đô-la một giờ

Ở phần đầu chương này, bạn đã gặp “học viên đáng giá 170 triệu đô” - Marc Andreesson, người đã khám phá ra rằng mình vẫn còn phải học nhiều.

Và trong phần cuối, tôi muốn giới thiệu với bạn một học viên đáng giá 17 đô-la một giờ - nhân viên tại vị trí trái ngược với Andreessen cũng trong lĩnh vực máy tính. Đó là cô Delores Franklin, người đang kiếm được 17 đô-la trong một giờ khi tôi gặp cô vài năm trước. Giống như Andreessen, Delores đã nhận ra rằng việc học kiếm tiền L(earning) là yếu tố cần thiết đối với thành công của mình. Cô đã sử dụng nó để khởi động sự nghiệp. Những gì cô đã hoàn thành cho thấy cách các kỹ năng này có thể phục vụ một ai đó, tại bất kỳ vị trí nào và vào bất kỳ thời điểm nào trong sự nghiệp.

Tôi đang làm việc với tư cách cố vấn cho một hãng quy mô vừa (với 2000 nhân viên) trong ngành công nghiệp máy tính. Nhiệm vụ của tôi là nâng cao khả năng sinh lời của đội ngũ làm việc gồm 75 người.

Delores là người mới tham gia vào nhóm làm việc này và đây là công việc thứ hai của cô sau khi rời trường phổ thông. Cô không học đại học, nhưng cô rất hoạt bát và giàu tham vọng.

Các nhà cố vấn được coi là trung lập, khách quan và là những người tập trung vào cơ hội “kiếm tiền rầm rộ” trong bất kỳ nhiệm vụ

nào được giao. Nhưng, tôi thích thấy Delores trong bất kỳ nhóm cùng làm việc nào và dành cho cô sự chú ý đặc biệt. Đôi khi, bạn tạo ra sự khác biệt mang tính quyết định trong cuộc sống của một ai đó.

Delores thu hút được sự chú ý của tôi vì có một số giai thoại mà người lãnh đạo nhóm của cô đã kể cho tôi nghe, khi tôi đang phỏng vấn tất cả những nhà quản lý về thách thức cũng như cơ hội của họ. Một nhà quản lý cho biết "Tôi đã yêu cầu cô ấy tìm một đống báo cáo hàng tháng mà tôi cần xem xét lại, tôi không nghĩ là sẽ định ra thời hạn cho cô ấy, nhưng tôi đoán là cô ấy có thể nghĩ là tôi không bình thường. Hai mươi phút sau, cô ấy tới và mang theo những bản báo cáo - đã được dập ba lỗ, chia ra từng phần theo mỗi tháng, đặt vào bên trong các tờ bìa rời, và dán các nhãn nhiều màu sắc khác nhau lên phần gáy. Việc này làm cho chúng dễ sử dụng hơn và đảm bảo rằng chúng sẽ không bị thất lạc trong đống lộn xộn lần nữa".

Tôi ngờ rằng mình đã có một người chiến thắng trong tay!

Đủ để chắc chắn, khi tôi đứng trong phòng của Delores, gần như cô ấy đã nói ngay rằng: "Tôi muốn tận dụng lợi thế là người mới đến ở đây của mình - và sự thật là ông có tham gia vào dự án này ngay bây giờ."

Tôi trả lời: "Delores, nếu cô sẵn sàng đặt ra các câu hỏi, nắm lấy cơ hội của mình và tận dụng may mắn, chúng ta có thể thực sự khởi động sự nghiệp của cô".

Dưới đây là những gì mà Delores đã làm, với một ít sự giúp đỡ của tôi và đồng nghiệp trong vòng sáu tháng sau. Bạn sẽ nhận thấy mọi thứ ở đây gần giống như những kỹ năng bạn đã và đang làm chủ.

- Tôi cho Delores làm quen với những nguyên tắc và chiến lược nhằm nâng cao nhận thức của cô về nhu cầu học kiếm tiền - L(earning) đã được trình bày trong chương này, và các cơ hội cũng như chiến lược hiện có. Delores đã đặc biệt ấn tượng với những tính toán của giáo sư Kotter về hậu quả tai hại khi thất bại trong công việc học tập không ngừng, bởi vì cô có nhiều người bạn bị sa vào những công việc bế tắc không lối thoát.

- Chúng tôi cùng với người giám sát Delores đã xem xét lại công việc mà công ty giao cho cô tiếp theo đó, đánh giá việc thực hiện

của cô, và những điều để học tốt nhất đối với cô nhằm tự chuẩn bị cho việc thăng tiến. (Người giám sát đã rất hài lòng với sự khởi đầu của Delores).

- Tôi đã giúp Delores chọn cuốn sách tự học kinh doanh từ thư viện đào tạo để cô đọc và sử dụng nó. Tôi đã nói với cô rằng sẽ không có người nào kiểm tra những gì cô đã học được - nó không giống như ở trường. Nếu thấy những điều hữu ích mà cô áp dụng được thì tốt. Còn nếu không, không ai khác ngoài cô có thể biết điều đó.

- Chúng tôi đã thảo luận về những nhiệm vụ Delores được giao nhằm tìm ra cách để làm được nhiều việc hơn, làm được nhiều loại công việc khác nhau và nghiên cứu về các bộ phận còn lại.

- Chúng tôi đã tìm ra nhà quản lý nào sẽ sẵn sàng trở thành "người cố vấn" không chính thức cho Delores trong các buổi nói chuyện không thường xuyên về sự tiến bộ cũng như khó khăn của cô.

- Chúng tôi đã tìm hiểu rõ những gì Delores có thể và nên mong đợi từ phòng đào tạo - những khoá học mà cô ấy có thể tham gia, những tài liệu mà cô có thể sử dụng - và chọn một buổi hội thảo rèn luyện kỹ năng sắp diễn ra trên mạng về "Quản lý những sự ưu tiên phức tạp".

Mỗi ngày, Delores lại đặt ra một vài câu hỏi suy nghĩ thấu đáo về những mục tiêu của bộ phận, những việc mọi người đã làm, tại sao mọi việc được làm như vậy và cô có thể giúp đỡ như thế nào. Cô đã nuôi dưỡng một "đôi tai vàng" - mặc dù cô vẫn nói chuyện rất nhiều nhưng trong phòng đã có những tiếng rì rầm rằng: "Cô Delores đó đúng là một người biết lắng nghe!".

Delores nhìn mỗi nhiệm vụ được giao dưới góc độ mô hình bánh xe của việc học kiếm tiền và lập ra các báo cáo hậu hành động trên đường về nhà mỗi tối. Cô nghĩ về những cách để có thể thực hiện nhiệm vụ nhanh hơn, tốt hơn và ít tốn kém hơn.

Trong vòng hai tuần, hai giám đốc đã nhận ra rằng việc giải thích họ đã thực hiện những gì, tại sao họ lại làm như vậy và học từ những gì mà các giám đốc khác nói về Delores, là thật sự hữu ích. Hoá ra (nó luôn là như vậy) có rất nhiều việc không được biết và hiểu đúng về

những người đang làm việc gì đó và lý do tại sao họ lại làm như vậy - và một sự thiệt hại nghiêm trọng do thiếu sự trao đổi thông tin cần thiết.

Vì vậy, một cuộc họp kéo dài trong hai giờ đồng hồ đã được tổ chức, để chính thức hoá quá trình đó. Chương trình nghị sự của cuộc họp này là mỗi giám đốc sẽ giải thích những gì họ đã thực hiện, tại sao họ lại làm như vậy, và trả lời những câu hỏi được đặt ra. Delores và tôi coi nó như buổi học tập bàn tròn - nhưng đối với những đồng nghiệp của cô, nó được biết đến như là Hội nghị bàn tròn của Delores.

Tại buổi đánh giá công việc tiếp đó, Delores đã được tuyên dương vì sáng tạo, hoạt động tích cực, và việc tự phát triển của mình; cô đã được đề bạt vào phòng trợ lý giám đốc, và lương được nâng lên tới mức cao nhất có thể.

Khi công việc của tôi ở công ty đó sắp chấm dứt, tôi đã có một buổi nói chuyện cuối cùng với Delores. Cô nói: "Đây là sự thay đổi rất lớn đối với tôi. Tôi thực sự cảm thấy mình đang đi đúng đường."

Tôi đáp lại: "Delores, chính cô làm tất cả những việc này. Cô đã bắt đầu quá trình này. Cô đã vượt qua mọi thử thách, tận dụng các cơ hội để bày tỏ quan điểm của mình và đặt ra câu hỏi có phần "ngớ ngẩn". Cô cũng đã đọc cuốn sách đó và áp dụng những gì đọc được vào thực tế. Chính cô đã làm tất cả mọi công việc. Xin chúc mừng!".

Tất nhiên là quá trình này không dừng lại ở đây. Sự khởi đầu lớn của Delores năm tới là được chấp thuận tham dự một buổi hội thảo chuyên môn được tổ chức hàng năm trong lĩnh vực của cô. Thường thường, đây là một đặc quyền được dành cho những nhân viên cấp cao hơn. Nhưng sau khi tìm hiểu rõ từ người cố vấn của mình, cô biết rằng không có quy định nào chống lại việc tham dự của những người ở cấp của cô. Một lần nữa cô lại bắt đầu công việc. Cô đã sử dụng những kỹ năng và các chiến lược dựa trên việc đánh giá lợi ích có được từ các buổi hội thảo (xem mục "Hội thảo" trong chương "Đại học vô hình") để thiết kế một kế hoạch chứng minh rằng công ty sẽ được lợi bao nhiêu và sẽ có thêm bao nhiêu giá trị nếu cô được tham dự buổi hội thảo đó. Vì vậy, nó đã được chấp nhận!

Bây giờ, tức bốn năm sau, Delores đã là một giám đốc. Và cô hứa

với tôi rằng cô sẽ tiếp tục để mắt để tìm kiếm một Delores tiếp theo!

12. TRƯỜNG ĐẠI HỌC VÔ HÌNH - NGUỒN TRI THỨC TỪ A ĐẾN Z

Bạn đừng mất công nhìn quanh, tìm kiếm hình ảnh một ngôi trường quen thuộc với dàn dây thường xuân phủ kín các toà nhà hay những bải cỏ trải dài. Tại Trường đại học vô hình, chúng tôi đưa các bạn trở lại với những khái niệm cơ bản. Đây là mô hình trường đại học có từ trước khi những dây thường xuân mọc trên các toà nhà giảng đường đến hàng thế kỷ: Con người học tập lẫn nhau.

Chúng tôi không có khu giảng đường tập trung vì phương pháp học tập của chúng tôi được áp dụng ở tất cả mọi nơi. Nếu bạn muốn thấy các học viên của chúng tôi theo đuổi các đề tài nghiên cứu của họ, chỉ cần gõ vào địa chỉ một vài bảng thông báo từ bàn phím máy vi tính của bạn, ghé qua thư viện ở địa phương hoặc đến thăm một số các câu lạc bộ của những vùng lân cận, các hội liên hiệp, các tổ chức xã hội, các cửa hàng sách chuyên ngành, tổ chức chính trị, trung tâm nghệ thuật, hoặc bất cứ nơi nào mọi người tụ tập để trò chuyện, sáng tạo, chia sẻ, giúp đỡ, tranh cãi, ủng hộ và các hoạt động sử dụng trí óc khác.

Mô hình trường đại học vô hình là một công trình dành cho học tập lớn nhất quốc gia. Chúng tôi có số lượng học viên đông đảo nhất - ước tính khoảng 70% dân số trưởng thành. Họ đều là những người có lượng tri thức đáng kể trong cuộc đời, và các nghiên cứu chỉ ra rằng, 80% lượng tri thức đó là do tự học.

Chúng tôi đặc biệt tự hào về truyền thống tuyệt vời không gì sánh được của mình. Chúng tôi đã chiêu nạp được những người thông thái nhất trong mọi thế hệ từ trước cả khi Oxford và Cambridge được thành lập.

Một điểm đáng chú ý nữa là sự đa dạng từ các học viên của chúng tôi. Bất cứ ai cũng có thể tham gia (Tuy nhiên, cũng có một vài người phản đối điều này. Họ có chung quan điểm với Groucho Marx - là người đã từng từ chối lời mời gia nhập một câu lạc bộ thuộc loại “trưởng giả” như sau: ”Tôi không nghĩ rằng mình muốn kết giao với bất cứ câu lạc bộ nào mời tôi tham gia).”

Tóm lại, Trường đại học vô hình là một cách nhìn khác tại Mỹ: như một xã hội học tập nổi trội. Nhưng đối với chúng tôi trong IU, một xã hội học tập không có nghĩa là tất cả mọi người đều phải đến trường. Đúng hơn, nó là một xã hội trong đó việc học tập và sự phát triển gắn liền với toàn bộ lĩnh vực hoạt động trong cuộc sống của con người, dù họ có đang tham gia vào các lớp học hay không.

Nhưng nói về chúng tôi như vậy là đủ rồi. Chúng ta hãy nói về bạn. (Thực tế, chữ U trong tên của chúng tôi (IU) cũng có nghĩa là bạn)! Bạn chính là trung tâm của Trường đại học vô hình - bạn, chứ không phải danh mục các khoá học, các chương trình, và các yêu cầu; không phải bộ môn học cố định hay thậm chí cả khuôn viên học đường tại nơi bạn cư trú.

Trong trường đại học này, bạn xác định rõ mục tiêu học tập của mình. Bạn lựa chọn cho mình giáo viên từ các lĩnh vực bạn ưa thích thay vì từ giảng viên của một học viện nào đó. Bạn được bao bọc bởi các học viên có cùng chí hướng để việc học trở nên thú vị và có động lực hơn. Bạn sắp xếp theo thứ tự và tiếp cận dần các tài liệu và nguồn tri thức bạn cần. Và bạn tự quyết định bạn sẽ học như thế nào và với thời lượng/mức độ/khối lượng là bao nhiêu đối với mỗi môn học.

Tất nhiên chúng tôi cũng có những yêu cầu nhất định. Trên thực tế, Trường đại học vô hình đang đi đầu trong việc thay đổi, hướng tới giảng dạy đồng nhất và chặt chẽ. Chúng tôi áp dụng "phương pháp giảng dạy mang tính toàn quốc" trong đó hầu như tất cả người Mỹ được chiêu sinh đều đặn. Nhưng nội dung của nó, không giống như các phương pháp giảng dạy cốt lõi tại những học viện khác, được điều chỉnh thường xuyên để đảm bảo tính phù hợp.

Vậy bạn sẽ bắt đầu ở đâu và như thế nào? Bạn xác định mục tiêu học tập của mình ra sao? Hãy nhìn vào cuộc sống của mình và đặt câu hỏi: "Những điều mới lạ nào tôi muốn biết và hiểu rõ, tôi muốn trở thành gì? Tôi muốn trở nên như thế nào hay có thể làm gì trong tháng tới? Trong một năm nữa? Hay trong năm năm tới? Tôi phải học gì để đạt được điều đó?".

Một khi đã đặt ra được mục tiêu học tập, bạn thực sự bắt đầu tham gia Trường đại học vô hình. Những nguồn tài liệu của trường chứa đựng một số lượng dồi dào cách thức học tập xuất hiện lần đầu tiên trong thời đại của chúng ta.

Trước hết phải nói rằng hàng loạt các đề xuất dành cho việc học tập của người trưởng thành và người có nhu cầu học tiếp hiện rất phổ biến trong mọi cộng đồng, xuất phát từ các trường đại học và cao đẳng, hệ thống trường học công và các thư viện. Tuy nhiên, về mặt này Trường đại học vô hình hoàn thiện hơn rất nhiều.

Bạn có mọi thứ trong tay thông qua điện thoại, máy tính, thư từ trao đổi, các nguồn dữ liệu lớn hơn cả Alexander Đại đế, Napoleon hoặc các học viên gần hơn như Buckminster Fuller cách đây 20 năm về trước có thể có được. Nếu bạn vẫn không có điều kiện học tại nhà thì thư viện chính là cánh cửa dẫn đến các cơ sở dữ liệu, các nguồn thông tin và tài liệu bạn cần. Tất cả trí tuệ của thế giới, các bí quyết và kiến thức sẽ được mở ra theo yêu cầu của bạn.

Nếu thích học trực tiếp hơn sử dụng công nghệ cao, bạn có thể theo học tại Trường đại học vô hình thông qua thời gian học việc, thời kỳ hướng dẫn, chương trình tập sự, công việc nghiên cứu, thư tín, du lịch hoặc đọc sách. Rất nhiều học viên của IU đã trở thành các chuyên gia lão luyện bằng cách học từ xã hội, học việc hoặc học qua các đồng nghiệp.

Các học viên của IU theo đuổi rất nhiều cách học khác nhau. Bạn có thể mời những học giả nổi tiếng học cùng bạn trên đường đi làm và từ cơ quan về nhà mỗi ngày (thông qua băng ghi âm), sau đó tận hưởng thời gian đọc sách thư giãn vào buổi tối. Hoặc bạn có thể thích tham dự buổi hội thảo của 4000 người về vấn đề bạn đang nghiên cứu hơn, sau đó làm việc trên mạng như điên và theo dõi mọi việc qua điện thoại và fax. Hoặc bạn có thể sử dụng tài liệu đã được số hóa và tham gia trao đổi bằng thư điện tử hoặc kết hợp công việc nghiên cứu phù hợp với một nhóm nhỏ những người say mê học tập ở địa phương phía sau cửa hàng sách chuyên ngành.

Bạn có thể bắt đầu ở bất cứ nơi nào bạn thích, cùng với bất cứ tài liệu nào hấp dẫn bạn, và tiến bộ theo nhịp độ của riêng bạn. Bạn có thể học nhiều thứ, thưởng thức, thích thú, đào sâu nghiên cứu, nhảy cóc, quay lại, ôn lại hoặc thay đổi khoá học trong một thời gian ngắn. Bạn tự quyết định mức độ nỗ lực của mình và đánh giá bản thân dựa trên tiêu chuẩn bạn lựa chọn và đề ra.

Việc học tập của bạn tại IU sẽ kéo dài suốt đời và trên toàn thế giới, cho dù nó mang tính cá nhân. Và bạn sẽ không phải đi tới bất cứ

cuộc họp nào nữa.

Quảng cáo: Các ô cửa sổ thông ra xã hội

Nếu không thể thoát khỏi những thông điệp quảng cáo tràn ngập khắp nơi, tại sao bạn không tận dụng chúng? Bạn có thể học cách đọc các quảng cáo để thấu hiểu sâu sắc văn hoá của chúng ta, thậm chí của chính bạn. Bằng cách giữ một thái độ phê phán và linh hoạt, bạn sẽ nâng cao nhận thức của mình về động cơ thúc đẩy tất cả chúng ta.

Quảng cáo cũng là phòng thí nghiệm tốt nhất để học về nghệ thuật thuyết phục của những chuyên gia xuất sắc trong thời đại chúng ta. Dành cho mục đích này, tôi đã nghĩ ra trò chơi quảng cáo cho những đứa con của mình (xem Chương 7). Kết quả là chúng tôi đã làm các mẩu quảng cáo trở nên thú vị hơn, sáng tạo cho chính mình các loại hình tuyên truyền cơ bản và sử dụng đầu óc theo cách sáng tạo và phê phán.

Đánh giá: Cây cầu cơ khí của Marshall McLuhan là cuốn sách kinh điển về cách nhận ra thông điệp và tác động ngầm trong quảng cáo. Hiện nay, những điều này ngày càng trở nên hữu dụng hơn khi các quảng cáo mang tính thực tiễn được tái sản xuất liên tục để không trở nên lỗi thời - sức hấp dẫn và ảnh hưởng của chúng dễ nhận thấy hơn các loại quảng cáo thời xưa đi ngược lại với các mối quan tâm lúc đó, những điều chúng ta khó nhận ra được.

Cửa hàng sách: Thực phẩm tốt của tư duy

Thư viện chính là siêu thị dành cho việc học tập của bạn. Nhưng khi bạn thực sự say mê theo đuổi sâu một chủ đề thì có một nơi thậm chí còn tốt hơn để khám phá: đó là những cửa hàng sách chuyên ngành về vấn đề của bạn. Cho dù bạn đến đó trực tiếp hay thông qua danh mục liệt kê hoặc thư tín, bạn sẽ tìm thấy không chỉ đơn thuần là những cuốn sách mà còn cả những người cùng chia sẻ sở thích và đã từng gặp những khó khăn khi lựa chọn tài liệu từ nhiều lĩnh vực khác nhau có liên quan cho chủ đề của bạn.

Chỉ cần xem xét một ví dụ về triết lý của chủ nghĩa tự do. Bạn sẽ khó tìm thấy một khoá học nào về chủ nghĩa tự do ở hầu hết các trường đại học và cao đẳng. Thậm chí nếu đến các thư viện công cộng hay thư viện nghiên cứu tốt đi nữa, bạn cũng sẽ mất thời gian và rất

khó khăn để thu thập hay chỉ là xác định những cuốn sách bạn muốn.

Vậy bạn có thể đi tới đâu để tìm được cái nhìn tổng quan về những nhà tư tưởng và nhà văn phù hợp với sở thích của mình? Hiệu sách Laissez Faire tại thành phố New York đưa ra danh mục tuyển chọn không chỉ đơn thuần là danh sách các công trình nghiên cứu trong lĩnh vực này mà còn là bản giới thiệu rất hấp dẫn, rõ ràng về lĩnh vực đó. Những cửa hàng sách đó cũng phục vụ như là ngân hàng hối đoái, các bảng niêm yết, trung tâm tin nhắn, các điểm giao dịch và nút mạng lưới công việc. Bạn có thể thường xuyên nhận được những câu hỏi được trả lời hợp lý hoặc ít nhất cũng được giới thiệu cho đúng người hoặc tổ chức có thể giúp bạn, và bạn có thể yêu cầu một danh mục như vậy bằng bưu thiếp.

Điểm chính yếu ở đây không chỉ đơn thuần là thông tin: đó là tính dí dỏm, là phong cách, là năng lực tiềm ẩn, ý niệm về cộng đồng các nhà tư tưởng và những con người nhiệt tình luôn chào đón các thành viên mới. Bất kể lĩnh vực bạn quan tâm là gì - trò chơi hay trò cá cược, thể thao, Marx hoặc các anh em của Marx - bạn đều có thể tìm thấy những cửa hàng sách chuyên ngành, nếu không ở trong cộng đồng của bạn thì cũng ở đâu đó trên đất nước, điều này sẽ tiếp năng lượng và làm tăng sự nhiệt tình cho bạn.

Băng ghi âm: Tiếng nói của trí tuệ

Chiếc băng ghi âm chất lượng cao, bé nhỏ, khiêm nhường ẩn chứa bên trong nó cả một thế giới của tri thức và sự thú vị. Nó cho phép bạn lắng nghe những nhà tư tưởng vĩ đại nhất mọi thời đại, những chuyên gia hàng đầu hiện nay, các cuốn tiểu thuyết, những bài thơ và các vở kịch.

Phương pháp này có rất nhiều ưu điểm. Những ưu điểm đó đã được tập đoàn Nighttingale-Conant, một trong những nhà sản xuất băng ghi âm hàng đầu, giải thích chi tiết như sau:

1. Bạn không cần phải đi đến lớp để học. Nếu bạn muốn tập trung vào bài nào, bạn có thể nghe đi nghe lại chúng bao nhiêu lần tuỳ thích.

2. Bạn không bị kìm hãm bởi tốc độ học của cả lớp. Bạn có thể lướt qua những bài học nào là dễ đối với bạn, dù cho người khác cảm

thấy chúng khó.

3. Bạn có thể học bất cứ lúc nào bạn muốn. Nếu 5 giờ sáng là thời gian học tập tốt nhất đối với bạn, hãy học vào lúc đó. Và bạn cũng sẽ không bỏ lỡ mất bài học nào vì ốm hay trục trặc thời khoá biểu.

4. Bạn có thể học ở bất cứ nơi nào bạn có thể mang theo máy nghe băng. Không việc gì - như kỳ nghỉ, các chuyến công tác hay thậm chí là cả trận bão tuyết - có thể cản trở việc học của bạn.

5. Bạn có thể xem lại bài học của mình bất cứ lúc nào, bất cứ nơi đâu và bao nhiêu lần tuỳ ý. Dĩ nhiên, bạn nên nghe mỗi bài học ít nhất một lần với sự tập trung tuyệt đối. Nhưng bạn có thể xem lại bài trong lúc tắm, lái xe, đi bộ, mà không cần các tờ giấy ghi chú hoặc cuốn sách bài tập nào cả.

Phương pháp học bằng băng ghi âm rất tuyệt vời, bạn có thể nghĩ đến nó, đặc biệt đối với những ai không nhiều thời gian để đọc trong thời gian làm việc liên tục của mình. Phương pháp học bằng băng ghi âm là một giải pháp để lấp đầy khoảng thời gian buồn chán bằng các tác nhân kích thích trí thông minh phát triển. Tuỳ theo sở thích của bạn, bạn có thế tìm được một công ty cung cấp cho bạn loại băng phù hợp. Bạn có thế nghe những nhà tư tưởng vĩ đại như là Jefferson, Marx, Thoreau, Machiavelli, Hobbes, và de Tocqueville; nếu bạn thích các nhà tư tưởng đương đại hơn thì các cuộn băng ghi âm các tác phẩm của Buckminster Fuller, Margaret Mead, Carl Roger, Carlos Castaneda, S.I.Hayakawa, Michael DeBakey, Alan Watts, Robert Lowell, và Linus Pauling luôn luôn có sẵn.

Sử dụng băng ghi âm làm tăng khả năng học tập của bạn, hoàn toàn là do sự tiện dụng của nó. Đối với phần lớn chúng ta, giọng nói là cách dễ nhớ và hấp dẫn để thu nạp thông tin và tri thức. Hơn nữa, bài viết tốt, cho dù là hư cấu hay thực tế, cũng đều đạt được sự cộng hưởng nhờ làm tốt phần đọc và các băng phỏng vấn hoặc hội thảo nhóm làm tăng thêm cảm xúc trong việc thể hiện ý tưởng. Tóm lại, bạn nên trải nghiệm trực tiếp những ưu điểm đặc biệt của việc học tập bằng băng ghi âm để khám phá xem nó có phải phương pháp phù hợp với bạn hay không.

Giáo dục không ngừng:

Xây dựng chương trình giảng dạy của chính bạn

Hai mươi năm trước, tôi sẽ không đề xuất những trường cao đẳng, đại học của địa phương bạn có thể là một phần của Trường đại học vô hình. Trong khi vấn đề quan tâm chính trong khuôn viên trường lại không phải là nhu cầu về việc học hành của bạn. Hơn thế, các trường cao đẳng và đại học đều có sẵn hệ thống giáo dục của họ với những kỳ thi đầu vào, lĩnh vực đào tạo, các môn học chính, môn học bổ sung cho sinh viên ở bậc học khác nhau, từ năm nhất đến năm cuối. Và yêu cầu đặt ra là bạn phải phù hợp với các chương trình đó. Nếu giả sử bạn là một người mẹ đã li dị, có hai đứa con và 40 giờ làm việc mỗi tuần, bạn sẽ không thể tự thu xếp lịch học tập giống như các học viên khác trong lớp. Điều này quả là tệ hại.

Tuy vậy, hiện nay thực tế đã thay đổi nhanh chóng. Hầu như ở trong nước, mỗi trường đại học, cao đẳng đều tự đưa ra danh sách hoặc thậm chí là cả một cuốn danh mục giới thiệu về các khoá học và những chương trình học đã được thiết kế sẵn dành cho các bạn - những học viên đã trưởng thành - từ ngay trong suy nghĩ. Nếu tham gia khoá học được giới thiệu sẵn, bạn có thể lựa chọn và lồng ghép những ý tưởng của mình trong chương trình giảng dạy.

Ngay sau đó, học viên sẽ có thể tìm thấy những khoá học rất hấp dẫn trong danh sách hàng loạt các môn học khác nhau. Thông thường, các khóa học chuyên ngành sẽ được sắp xếp dựa từ bảng xếp hạng mức độ thành công trong các hoạt động kinh doanh, cộng đồng và trình độ của nhà lãnh đạo trong cộng đồng của bạn. Và học phí cho khoá học thường thấp hơn là những khoá học lấy tín chỉ.

Hơn thế, trong bất kỳ khoá học chính nào, bạn cũng có thể tìm thấy dòng chảy liên tục các hoạt động hấp dẫn không được giới thiệu trong các cuốn danh mục giới thiệu về các khoá học, từ hoạt động nhóm có cùng mối quan tâm, các giảng viên khách mời cho đến các câu lạc bộ, chương trình chiếu phim, hoà nhạc và triển lãm. Một số trong những cơ hội đặc biệt đó có thể còn mang lại cho bạn những điều bạn quan tâm nhiều hơn bất kỳ khóa học nào khác và chúng thường hoàn toàn miễn phí cho mọi người tham dự. Hãy gọi điện trực tiếp cho trung tâm thông tin xã hội ngay trong khuôn viên trường và đăng ký vào danh sách gửi thư của trung tâm để nhận lịch ghi các sự kiện mở dành cho cộng đồng. Rõ ràng, sân trường đại học là địa điểm hoàn hảo để bạn tìm kiếm thêm nhiều người khác nếu bạn

muốn bắt đầu một nhóm, một câu lạc bộ hoặc các hoạt động khác.

Nếu bạn thực sự cảm thấy hứng thú với các khoá học theo chương trình giảng dạy để có được bằng chứng nhận, những thông tin sau đây sẽ thực sự có ích cho bạn. Hàng trăm các trường cao đẳng đã tái tổ chức để trở nên thân thiện với người đã trưởng thành, theo như cách nói của ông Peter Smith - người sáng lập ra Thống đốc tạm thay thế của Vermount và là tác giả của cuốn *Khả năng tiềm ẩn của bạn*.

Những trường cao đẳng như trên thường cung cấp cho bạn nhiều cơ hội để tham gia hoạt động học tập cần thiết nhằm có bằng chứng nhận vào những khoảng thời gian tiện lợi như buổi tối, ngày cuối tuần hoặc mùa hè và tham gia ngay tại cộng đồng của chính bạn chứ không phải chỉ trong khuôn viên trường học.

Một số chương trình cho phép bạn tự triển khai kế hoạch học tập của bản thân bằng cách nghiên cứu độc lập và tham gia vào các chương trình học liên quan đến công việc của bạn, giúp cho bạn có bằng cấp thực sự.

Nếu muốn hoặc cần tham gia các chương trình học chính thống để lấy chứng chỉ hoặc bằng cấp, bạn không cần phải quá lo lắng về tình hình tài chính của mình. Bạn có thể vượt qua được những vấn đề về thời gian, khoảng cách và cả tài chính bằng cách lựa chọn những chương trình phù hợp với mình nhất từ các tình huống phong phú trong cơ quan bạn muốn phục vụ.

Các buổi hội thảo:

Học trong trường cao đẳng Brigadoon

Các buổi hội thảo đã trở thành thường lệ trong cuộc sống của rất nhiều chuyên gia. Đằng sau sự yêu thích đến quá mức các cuộc họp mặt, những động lực đã bị thay đổi và một chút ít liên quan đến việc học tập. Bạn có thể rời khỏi nhà và đến một thành phố hấp dẫn khác, làm quen với cuộc sống ở đây hoặc tìm kiếm một công việc mới hoặc đơn giản hơn là có những cuộc phiêu lưu với nhiều cách thức khác nhau.

Trên thực tế, bạn học được rất nhiều điều từ các cuộc hội thảo.

Nhưng trước hết, bạn cần phải bắt đầu nghĩ về nó theo một hướng khác: Những cuộc họp giống như hình thức học tập đặc biệt khác có trong Trường đại học vô hình. Mỗi khi tham gia một cuộc hội thảo nào đó, tức là bạn đang tham gia vào trường học của Brigadoon. Cũng giống như thị trấn trong bản nhạc cổ điển đó, những cuộc hội thảo chỉ thực sự thú vị khi xuất hiện trong cuộc sống vài ngày tại các phòng hội thảo chuyên đề và bữa tiệc đại sảnh ở khách sạn và rồi sau đó biến mất.

Nếu nhìn theo góc độ của một học viên, cuộc hội thảo hiệu quả thường có sự tham gia của những người xuất sắc nhất. Đây là khoa bạn học, nó thường tốt hơn, cập nhật hơn so với bất kỳ một khoa cố định, đơn lẻ nào khác được cung cấp bởi các trường đại học.

Thứ hai, những cuộc hội thảo sẽ thu hút một nguồn hỗ trợ học tập tốt nhất trong lĩnh vực của bạn: vật được trưng bày và người trưng bày. Chúng cũng giống như thư viện ở trường học, nhưng là một thư viện với những cuốn sách và các tác giả cùng đủ chủng loại phương tiện học tập với các hình thức khác nhau bao gồm cả trang thiết bị, công nghệ và công cụ trợ giúp nhằm suy nghĩ và thực hành hiệu quả.

Thứ ba, những cuộc hội thảo tốt nhất bao giờ cũng tạo ra được chương trình học tập phù hợp trong lĩnh vực của bạn. Chúng đại diện cho cả những nhà lý luận và thực hành, người được xem là có vai trò quan trọng nhất từ khoảng mười năm trước khi những ảnh hưởng của họ được đưa vào chương trình giảng dạy trong trường học.

Cuối cùng, chính bản thân học viên, những người bạn cùng có thể trở thành, những người đóng vai trò đáng kể nhất trong lĩnh vực của bạn. Và hy vọng rằng họ được đưa đến với nhau để trở thành một mạng lưới làm việc hiệu quả.

Dưới đây là sáu quy tắc chính yếu để học được nhiều hơn từ các cuộc hội thảo tiếp theo trong cuộc sống của chính bạn:

Quy tắc 1: Hãy thu thập đầy đủ thông tin trước khi tham gia. Thời gian để bạn đọc thực đơn chính là lúc bạn ở bên ngoài nhà hàng. Nếu cái nhìn đầu tiên của bạn về chương trình là khi mở tập thông tin của người bạn cùng tham gia thì bạn đã bị tụt lại phía sau những người khác.

Cách đơn giản là hãy gọi điện đến những người tổ chức cuộc họp hai tuần trước để nhận được những thông tin chi tiết về chương trình. Nếu vẫn chưa có, chắc chắn những người tổ chức sẽ không ngần ngại gửi cho bạn một bản sao nội dung chính của chương trình đó, đặc biệt là khi bạn nhấn mạnh rằng, bạn sẽ đưa một số tin về cuộc hội thảo trong tờ tin tức của công ty của bạn.

Quy tắc 2: Hãy lập kế hoạch ngay khi đang trên máy bay. Khi nữ tiếp viên hàng không ngừng nói về các hướng dẫn an toàn và người phi công ngừng kể về việc bay lượn bằng dù trong bầu trời xanh hiền hòa thú vị ra sao thì cũng là lúc bạn nên để mắt tới bản chương trình hội thảo. Bắt đầu bằng việc khoanh tròn những phiên họp, bạn phải tham dự trực tiếp vì chúng là thiết yếu đối với mối quan tâm của bạn hoặc chỉ để giải trí. Sau đó hãy kiểm tra lại các phiên họp thứ yếu thực sự có liên quan đến vấn đề bạn quan tâm nhưng có thể không thú vị.

Hãy đánh dấu tên những người mà bạn muốn gặp gỡ nhất. Lên một kế hoạch cho khoảng thời gian rảnh rỗi nghỉ ngơi giữa cuộc hội thảo, bao gồm cả thời gian ăn uống bữa ăn, đặc biệt là bữa sáng và bữa trưa, những lúc không có bất kỳ hoạt động nào liên quan đến việc hội thảo xảy ra - cũng như khoảng thời gian nghỉ chính thức giữa lúc chiều muộn, phiên họp trong bữa tối và tối muộn. Những thời điểm như thế chính là cơ hội cho bạn tìm kiếm những người bạn muốn được gặp gỡ.

Quy tắc 3: Người tài giỏi như bạn làm gì tại một hội thảo như thế này. Có một nguyên tắc được áp dụng cho các cuộc họp là 80 - 20: 80% lợi ích có được từ các cuộc họp đến từ 20% những người tham gia. Làm thế nào để bạn đi giữa một biển thành tích tìm ra được người đáng gặp nhất trong số năm người? Hãy bắt đầu bằng việc tìm kiếm những người có tên đã được bạn đánh dấu. Một số người sử dụng thời gian trong cuộc họp để trò chuyện với những nhân vật có uy tín. Và bạn có thể nằm trong số đó nếu cố gắng tiếp cận với họ trước khi những người khác cũng làm như vậy.

Cách tốt nhất là viết cho họ một vài dòng ghi chú nhỏ trong loại giấy có tiêu đề in sẵn chuyên dùng của mình (hy vọng là bạn nhớ đem theo một ít loại giấy đó trên máy bay). Hãy bày tỏ sự quan tâm của bạn và mời họ lựa chọn một trong hai cuộc hẹn mà bạn nêu ra, có thể tại một quán cà phê nào đó hoặc ngay trong các bữa ăn. Bạn cũng có

thể gửi tới ba, bốn tờ tin nhắn như thế (có ghi cả số phòng của bạn) cho những người bạn lựa chọn ngay sau khi đến nơi. Và kết quả là bạn được những cuộc nói chuyện rất có ích.

Quy tắc 4: Bỏ bớt những bài diễn thuyết. Không tính đến những quan điểm rất phổ biến, bạn sẽ tiết kiệm được thời gian nếu bỏ bớt một số buổi hội thảo trong đó diễn giả đọc lại phần nội dung đã được chuẩn bị bằng văn bản, trừ phi họ diễn thuyết rất ấn tượng và tạo được nhiều cảm xúc. Những bài nói chuyện thông thường, đơn thuần cung cấp thông tin, theo quan điểm của tôi, đã trở thành phương thức truyền đạt quá lỗi thời. Bắt chước theo những bài giảng trong các trường đại học xưa kia, những bài trình bày trong khi không ai có vẻ chú ý tới như vậy đã không còn được sử dụng nữa do sự ra đời của máy in.

Hơn nữa, các bài diễn thuyết thường khiến mọi người cảm thấy rất mệt mỏi. Bởi vì, suy nghĩ con người thay đổi nhanh hơn gấp ba lần so với tốc độ nói và chúng ta còn bị yêu cầu phải nắm bắt thông tin ở mức độ nhanh hơn và với nhiều giác quan phức tạp hơn, như từ các chương trình truyền hình, trong khi các bài diễn thuyết thường không tránh khỏi việc khiến người nghe cảm giác chán nản.

Những bài phát biểu đã chuẩn bị trước dưới dạng văn bản của các diễn giả sẽ được cung cấp trước hoặc sau bài trình bày tại phòng báo chí của hội thảo. Bạn chỉ cần mười phút để đọc hết những nội dung của chúng, đánh dấu những điểm quan trọng và đọc lại lần nữa khi nào bạn thích, tất cả đều cần ít thời gian hơn là ngồi nghe suốt buổi hội thảo.

Quy tắc 5: Vượt qua những bực dọc và tức tối. Tất nhiên, trạng thái bực dọc và tức tối, có thể xảy ra khi bạn cứ phải ngồi thật lâu và nghe người ta thao thao bất tuyệt về một vấn đề bạn đã biết khá nhiều. Nếu việc tiếp tục theo dõi một phiên họp nào đó là hợp lý thì bạn cần chuẩn bị những câu hỏi thật sáng tạo để phản biện trong phần đặt câu hỏi và thảo luận. Tự cam kết với bản thân sẽ đưa ra đóng góp thật sự thích hợp là phương pháp tốt nhất để thu được nhiều kiến thức nhất từ buổi hội thảo đó. Và điều này sẽ giúp bạn có cơ hội gây sự chú ý của những người tham gia, một việc làm không tổn hại cho ai cả.

Quy tắc 6: Quay trở về nhà để thu hoạch những lợi ích. Trong

thời gian trên máy bay quay trở về nhà sau buổi hội thảo, bạn có thể tổng hợp lại kết quả. Trong vòng hai giờ đồng hồ, bạn có thể chắt lọc được những ý tưởng, thông tin và các mối quan hệ mới tốt nhất mà bạn có được, lên kế hoạch cho những nội dung tiếp theo và chuẩn bị bản báo cáo cho người khác. Kết quả là cảm giác thật hạnh phúc khi hạ cánh - và không cần mất thời gian hỏi han bạn về buổi hội thảo vừa qua khi bạn đi làm vào sáng hôm sau.

Những khoá học hàm thụ:

Người thầy hướng dẫn ở trong hòm thư của bạn

Khoá học "Thơ ca của Yeats" của trường Đại học California và FORTRAN của Đại học Chicago là những đề tài được sinh viên của tôi đánh giá cao nhất. Cả hai đều là những khoá học hàm thụ do các giáo sư cấp cao và chuyên gia hàng đầu trong lĩnh vực này giảng dạy. Sinh viên cảm thấy họ học tốt hơn từ khoá học đó và muốn tham gia vào quá trình này hơn so với việc theo học hầu hết các khoá học ở trường đại học.

Nếu bạn chưa có bằng đại học và muốn có nó, bạn có thể đăng ký một khoá học chuyên môn thông qua thư tín để có tấm bằng đó. Nhiều trường đại học sẽ yêu cầu 30 tiếng học tập có tính chi phí tại nhà để cho một bằng B.A. Hình thức học tập này được chỉ rõ là hiệu quả tương đương với học trên lớp. Ngày nay, những nhà tuyển dụng, nhà cung cấp bằng phát minh, V.A và quân đội cùng các tổ chức công đoàn đều công nhận chúng một cách rộng rãi.

Bạn có thể tự tìm hiểu thêm sự lựa chọn nghề nghiệp khác qua những khoá học này. Theo ông Bill Fowler - giám đốc lâu năm của Hội đồng giáo dục tại nhà và là chuyên gia dày dạn trong lĩnh vực cho biết: "Rất nhiều khoá học cung cấp chương trình đào tạo hướng nghiệp hoàn thiện. Một số khác lại chuẩn bị cho bạn kiến thức để thăng tiến trong công việc hiện tại bạn đang làm mà không làm bạn mất đi những kinh nghiệm hay thâm niên nghề nghiệp. Bạn cũng không phải nghỉ việc, rời khỏi nhà hay mất đi thu nhập. Bạn cùng lúc vừa học tập và vừa làm việc kiếm tiền.

Biết trước học tập hàm thụ là gì giúp bạn quyết định liệu nó có tốt cho bản thân hay không. Bạn sẽ bắt đầu với một cuốn sách hướng dẫn gồm khoảng 20 hoặc 25 bài học và các nhiệm vụ cần thực hiện

cùng một cuốn sách giáo khoa mà bạn có thể mua tại địa phương hoặc đặt mua ngay trong trường. Mỗi bài học thường bao gồm một số phần đọc bắt buộc ở dạng văn bản hoặc các ghi chú trong giáo trình học. Đồng thời cũng sẽ có bài kiểm tra hoặc bài luận ngắn kết thúc mỗi phần học và sau khi bạn hoàn thành, nó sẽ được gửi tới người hướng dẫn. Trong vòng 10 ngày, nó sẽ được gửi trả lại và được đánh dấu những chú ý, nhắc nhở của người hướng dẫn. Trước bài học cuối cùng, bạn sẽ được sắp xếp để tham gia một kỳ thi và bài thi này được gửi tới một vài trường học tại địa phương hoặc các trường đã được liên hệ chỉ định trước.

Theo xu hướng đang tăng lên ngày nay, các khoá học hàm thụ khai thác sử dụng một số các phương tiện truyền thông khác trong trường đại học vô hình. Rất nhiều khoá học đi kèm với các băng ghi âm và băng hình, màn chiếu, đèn chiếu và các bộ dụng cụ bằng tay hỗ trợ cho việc thực hiện các kỹ năng công nghệ. Thông thường, bạn sẽ được cung cấp số điện thoại miễn phí nhằm khuyến khích bạn nói chuyện với người hướng dẫn hoặc cố vấn từ trường học để nhận được sự giúp đỡ của họ.

Tất cả những công nghệ này có thể tạo nên hình thức học tại nhà, một hình thức mà nhiều người coi là đã lỗi thời, ngay cả với những người đứng đầu nhóm có suy nghĩ về giáo dục vị tương lai nhất. “Học từ xa” là cụm từ dùng để miêu tả việc sử dụng các công nghệ truyền thông để có thể tham gia các khoá học có sẵn với chất lượng tốt nhất ở bất kỳ nơi nào. Những học viên trên khắp thế giới cũng đang thay đổi theo hướng này.

Như đã nói ở trên, sự gần gũi của hình thức học tại nhà khiến nó hấp dẫn đối với nhiều người. Hãy nghĩ theo cách như thế này: Nếu bạn học về phương pháp học tập đỉnh cao theo một khoá học hàm thụ tại thời điểm đó bạn cũng có cơ hội viết thư cho tôi để phản ảnh về những tài liệu, hướng dẫn và nhận được phản hồi từ phía tôi.

Học từ những người đi trước

Chương trình “Học từ những người đi trước” là chương trình dẫn đầu trên thế giới trong lĩnh vực học tập không ngừng trong nhiều năm gần đây. Đó là một tổ chức phi lợi nhuận cung cấp những cơ hội giáo dục có chất lượng cao, dễ chấp nhận trên toàn thế giới. Bạn có thể tìm thấy những khoá học trong một cuốn danh mục dày hơn một

trăm trang của họ tại Cicero và trên máy tính, từ chính trị đến thi ca ở các địa điểm từ Maine tới Wales.

Môi trường xung quanh: nhận thức tương đương với học tập

Người ta nói rằng: ”Nếu cá biết suy nghĩ, chúng sẽ là sinh vật cuối cùng khám phá ra nước”. Điều này có nghĩa là môi trường vật lý xung quanh chúng ta chính là môi trường nước mà chúng ta bơi trong đó. Nó vẫn luôn tồn tại nhưng hiếm khi ta thực sự nhìn nhận nó. Mở to mắt để nhìn không gian vật lý đang bao quanh khiến cho cuộc sống mỗi ngày của chúng ta trở nên thú vị và bổ ích hơn.

Hãy bắt đầu với bất kỳ khía cạnh nào hấp dẫn bạn từ môi trường bên ngoài, dù lớn hay nhỏ. Ví dụ như: ngắm nhìn một cách thực sự cách thiết kế và các nguyên vật liệu của ngôi nhà hàng xóm hoặc xem xét xem thành phố của bạn được sắp xếp như thế nào (Như các đường phố ở Boston chẳng hạn, nó đi theo những lối mòn do vô số đàn bò đã tạo ra trên đồng cỏ). Thực tế, mỗi thành phố đều có một cuốn sách hướng dẫn về kiến trúc và lịch sử của nó.

Bạn có thể bắt đầu từ một khía cạnh nhỏ và bình thường như bạn muốn. Herbert Kohl, một giáo viên đồng thời là một nhà văn, đã bị hấp dẫn bởi nghệ thuật vẽ tranh trên tường (graffiti) mà anh ta trông thấy trên những bức tường xung quanh. Anh đã thực sự có một cái nhìn mới mẻ về nó, nói chuyện với những người khác, sau đó viết cả một cuốn sách về đề tài này *Cậu bé vàng Anthony Cool*.

Môi trường nhân tạo cũng luôn luôn sẵn sàng cho bạn nghiên cứu. Ngay lúc này đây có lẽ bạn đang đọc những dòng chữ này trong một môi trường hoàn toàn được thiết kế, từ chiếc ghế bạn ngồi cho đến toà nhà bạn mà đang ở trong đó. Hãy nhìn xung quanh, hầu như mọi thứ bạn nhìn thấy đều là ý tưởng của ai đó.

Những địa điểm tuyệt vời: nơi lui tới thường xuyên là trung tâm học tập cộng đồng

Nhà xã hội học Ray Oldenburg đặt cho những nơi như vậy một cái tên trong bài nghiên cứu thú vị của ông *Những địa điểm tuyệt vời: Cửa hàng cà phê, các trung tâm giải trí, thẩm mỹ viện, cửa hàng tổng hợp, các quán bar, hangouts và cách chúng giúp bạn trải*

qua một ngày (Paragon House 1990).

Oldenburg đã viết: “Tiến trình phát triển đô thị trở nên thù địch với đời sống xã hội thông thường. Những điều mà người Mỹ cần không phải là nhiều chương trình truyền hình, những bài tập thể dục và các phương pháp vật lý trị liệu hơn nữa mà là một “địa điểm thứ ba”, nơi nuôi dưỡng và phát triển những mối quan hệ hình thức giao tiếp đa dạng của con người, bản chất của một xã hội, không bị vấy bẩn bởi những mục tiêu, nhu cầu và mục đích đặc biệt”.

Oldenburg cũng đưa ra nhiều ví dụ thuộc lĩnh vực văn hoá và lịch sử về “địa điểm thứ ba”, từ những vườn bia của nước Đức cho đến các quán cà phê theo phong cách Pari và những quán trà Nhật Bản. Cuốn sách của ông sẽ chỉ rõ cho bạn thấy làm thế nào để tìm ra được những địa điểm tuyệt vời cho riêng mình tại địa phương hoặc thậm chí đề xuất cách thức để tạo ra một nơi như vậy.

Những cửa hàng học tập

Những cửa hàng bán lẻ kết hợp với học tập, kiến thức và trí tuệ đã xuất hiện ở các thành phố lớn trong vòng năm năm trở lại đây. Cửa hàng văn hoá phẩm ở trung tâm Manhattan là ví dụ minh hoạ cho mô hình cửa hàng bán lẻ mới. Những cửa hàng này thường được các bảo tàng, những thư viện công cộng hoặc các đài truyền hình địa phương tài trợ. Những sản phẩm được bán ở đây bao gồm: sách, các trò chơi, trò chơi ô chữ, các áp phích và những phần mềm máy tính như CD-ROM và các chương trình khác, nhấn mạnh tới việc sử dụng trí tuệ. Đây chính là nguồn tư liệu tuyệt vời tạo nên cảm hứng và giúp đỡ thiết thực, làm cho việc học của bạn trở nên sôi nổi, hấp dẫn hơn, thậm chí cả việc học tập của con cái bạn.

Thư từ: sẽ trở lại trong tương lai

Hãy nghĩ tới hai hay ba người có lực học xuất sắc mà bạn ngưỡng mộ nhất. Có thể thư từ chính là mấu chốt thành công trong việc học hành của họ.

Giảm trao đổi thư từ là một trong những tổn thất đối với việc học tập trong thời đại chúng ta. Thật may mắn là việc viết thư từ đang hoạt động lại mạnh mẽ, hãy cám ơn sự đóng góp rất lớn của Stephen Sikora, người sáng lập, nhà xuất bản và biên tập của tờ *Trao đổi thư*

từ tại Albany, bang California. Để giải thích nguồn gốc dự án của mình, Sikora nhấn mạnh: ”Tôi đã tìm kiếm những người ở xa hay gần để viết thư cho họ. Tôi thử đặt một số mục rao vặt trên các tạp chí quốc gia và cũng nhét một số mẩu ghi chú vắn tắt trên tạp chí xuất bản định kì ở các thư viện địa phương, yêu cầu những bạn đọc khác liên lạc với tôi. Đọc thôi là không đủ. Tôi khao khát có sự phản hồi, sự phấn khích khi được trao đổi với một tư tưởng khác”.

Việc tìm kiếm những người trao đổi thư từ có chung chí hướng của Sikora đã dẫn ông đến việc xuất bản tạp chí dành cho những người thích viết thư chia sẻ những mối quan tâm chung hay cụ thể vào năm 1982. Năm năm sau, ông ta đã có 3.000 người đặt mua dài hạn. “Từ du thuyền tới Yeats, từ cuộc sống thường ngày tới Dharma Bums, người nào đó muốn viết lá thư về chúng”.

Xuất bản ba số một năm, tờ *Trao đổi thư từ* bao gồm những mẩu quảng cáo cá nhân của những người gửi bài được sắp xếp theo các mục như văn học, lịch sử, người cao tuổi, du lịch và các vấn đề thời đại. Mẩu tin không gồm địa chỉ, mỗi đoạn quảng cáo được xác định bởi một mã số. Thông qua một dịch vụ chuyển tiếp miễn phí (và với sự giúp đỡ của người mẹ 86 tuổi của mình), Sikora chuyển tiếp tất cả những ý kiến phản hồi đầu tiên dành cho mục quảng cáo. Những người viết thư thường viết trực tiếp cho nhau một khi mối liên lạc ban đầu này đã được thiết lập.

Sikora đã đưa ra khái niệm “thư ma” chỉ loại thư từ liên hệ giữa những nhân vật văn học, lịch sử hay tưởng tượng. Một người phụ nữ Canada khoảng 60 tuổi có hai sở thích đặc biệt: La Mã cổ đại và người da đỏ bản địa miền Tây Nam nước Mỹ. Bà đã đăng thông báo sau đây trên mục thư ma: ”Phụ nữ Navaho thập kỷ 90 thế kỉ XIX muốn trao đổi quan điểm về chiến binh La Mã”. Trong một vài thư đáp lại có một thư đến từ “Đội trưởng Flavius” - trên thực tế là một sinh viên đại học trẻ ở bang Tennesse. Anh đã tường thuật lại chuyến đi thám hiểm tìm hiểu về quân sự của mình tại nước Anh và các tiền đồn khác của Đế chế La Mã. Người phụ nữ đó đã nói với Sikora: ”Tôi đã lục lọi rất kĩ thư viện địa phương, xới tung mọi thứ tôi có thể tìm thấy về cuộc đời của Navaho, Hopi và Zuni để gửi tới cho người lính La Mã của mình. Và chỉ đến phút cuối cùng, tôi mới nhận ra mình đã thu được nhiều kiến thức như thế nào qua những trao đổi vô tư thế này”.

Thông qua mục quảng cáo đặc biệt khác dành cho những tờ báo không chuyên, những người viết thư truyền bá những thông báo và bản kiến nghị không chính thức trong một số nhỏ các nhà văn. Chủ đề có thể trải khắp từ những giấc mơ và nhật kí hành trình du lịch, đến truyền hình và Sherlock Homes. *Tiềm năng qua thư tín*, một tạp chí xuất bản định kì để dành cho tư duy qua thư, đã sinh ra từ một trong những chủ đề này; một bài xem xét về những vụ giết người bí ẩn và những câu chuyện giật gân hiện nay hé lộ từ một mục khác, còn thông báo dành cho những bà mẹ nuôi con một mình được rút ra từ chuyên mục thứ ba.

Sikora kết luận lại: ”Chúng tôi khám phá ra càng nhiều khả năng khác nhau cho điều đã trở thành bế tắc trong tư duy càng tốt. Khả năng đọc, viết và học tập không thể phát triển mạnh nếu chỉ có một vài chuyên gia thực hiện công việc viết lách trong khi hàng nghìn hay hàng trăm nghìn người còn lại trong chúng ta chỉ đọc. Công việc viết thư điều chỉnh lại sự mất cân bằng này và đặt sức mạnh của ngòi bút vào tay chính chúng ta”.

Chỉ một điều cuối cùng về viết thư: ”Bạn có thể viết cho tôi hay tác giả của bất cứ cuốn sách thú vị nào trong bất cứ lĩnh vực nào hiện nay bạn quan tâm. Nếu bạn thực sự nghĩ rằng mình không muốn gửi lá thư đó đi, hãy viết một lá thư tưởng tượng. Dù thế nào đi nữa, bạn cũng sẽ có lợi từ công việc đó và đến lúc hoàn thành, bạn sẽ ngạc nhiên vì những gì mà mình biết. Nếu bạn viết về sự quan tâm của nhà xuất bản, lá thư của bạn sẽ được chuyển tiếp. Hoặc với một số thời gian khiêm tốn thăm dò lướt qua, bạn có thể tìm được địa chỉ của tác giả qua người đại diện. Sử dụng bài tập này để có cái nhìn mới mẻ về công việc của các nhà văn và cách bạn cảm nhận nó.

Các thư viện: Sách và hơn thế nữa

Ngày nay các thư viện có nhiều tư liệu để cung cấp cho chúng ta hơn bao giờ hết. Chúng có thể thường xuyên phục vụ những người tự học theo những cách hữu ích và bất ngờ mà hầu hết mọi người chưa hề nghe tới về một số bí quyết sử dụng nó. Sự hỗ trợ đó luôn luôn sẵn sàng khi được yêu cầu.

Trung tâm của thư viện tất nhiên là bộ sưu tập sách của nó, thứ có sức mạnh đặc biệt trong lĩnh vực bạn quan tâm. Danh mục phiếu sẽ cho bạn một cái nhìn tổng thể về những gì thư viện có và sẽ hướng

dẫn bạn tới phần giá sách mở thích hợp để có trong tay tài liệu môn học của mình. Các cuốn sách trên giá sắp xếp lần lượt theo các thư mục và gợi ý tìm đọc những cuốn khác. Bằng cách so sánh các thư mục trong cùng một chủ đề bất kỳ nào, bạn có khả năng tìm ra một phương pháp dễ dàng để xác định tác phẩm hay nhất (hay ít nhất là liên quan nhiều nhất hay trích dẫn nhiều nhất) trong lĩnh vực của bạn. Những cuốn sách được lấy ra thường xuyên trong thư mục thường rất đáng chú ý.

Nếu bạn không thể tìm ra cuốn sách cần thiết, không có nghĩa là thư viện không có. Hãy nhờ thủ thư giúp đỡ bạn. Quan sát cách người thủ thư làm việc - công cụ nào của thư viện được sử dụng - và đặt ra những câu hỏi về cách sử dụng chúng, bạn sẽ học được những cách thức để sử dụng thư viện hiệu quả hơn.

Hầu hết thư viện có các giá sách mở chứa các tờ báo và tạp chí. Nếu bạn quan tâm tới ngoại ngữ, trên đó có cả những thời báo tiếng nước ngoài. Cũng có hàng trăm tạp chí về các sở thích đặc biệt như nhiếp ảnh, xe máy và thiết bị âm thanh... Hãy yêu cầu danh mục những ấn bản để xem bạn đã khảo sát đầy đủ lĩnh vực đó chưa.

Hãy kiểm tra phòng tài liệu tham khảo. Có một vài cuốn sách tham khảo tuyệt vời cho những người tự học: danh mục của các tổ chức phân theo loại *(Bách khoa toàn thư của các tổ chức, thư mục các trung tâm nghiên cứu)*, thông tin hướng nghiệp *(Các nguồn tài nguyên: Giới thiệu dành để bổ sung nguồn lực sự nghiệp của người trưởng thành)* và một số tác phẩm tham khảo tiêu chuẩn như niên giám hay sách hướng dẫn trong lĩnh vực bạn quan tâm *(Niên giám giáo dục)*.

Xem xem liệu thư viện có bản tin hay danh sách liệt kê những bài giảng, nhóm thảo luận (về những cuốn sách nổi tiếng, vấn đề đương đại, hoặc các chủ đề khác), các hội thảo, bộ phim, hoà nhạc,... hay không. Nếu bạn có con nhỏ, hãy tìm chương trình kể chuyện hay những hoạt động dành cho trẻ trước tuổi đến trường. Những hoạt động này có thể cung cấp dịch vụ trông trẻ giúp con bạn học tập trong khi bạn đang theo đuổi các chương trình đào tạo.

Hãy thử đánh giá các nhân viên chuyên nghiệp khi bạn sử dụng thư viện. Cũng như trong mọi tổ chức khác, thường có sự chênh lệch lớn giữa năng lực của các nhân viên. Nếu bạn không hài lòng với sự

phục vụ của một thủ thư, đừng bỏ cuộc, hãy thử nhờ số người khác. Hãy củng cố mối quan hệ công việc tốt đẹp với những người thông thuộc tủ sách của thư viện nhất và hữu ích cho chúng ta nhất. Thủ thư là chìa khoá cho mọi nguồn tài nguyên của thư viện. Nếu xác định được một thủ thư lành nghề và để tâm tới công việc, bạn chắc chắn sẽ hài lòng với việc học tập trong thư viện.

Nếu thư viện không có tài liệu bạn đang tìm kiếm - một cuốn sách, tạp chí, hoặc bản thu âm của máy quay đĩa - dịch vụ cho mượn liên thư viện có thể được tính đến. Các thư viện trong những khu vực cộng đồng nhỏ thường có thể (và đúng là như vậy) mượn từ các thư viện lớn của thành phố hay bang. Ở các thư viện lớn, việc mượn tài liệu liên thư viện giữa các chi nhánh là thường xuyên và phổ biến.

Thư viện của bạn có dịch vụ tư vấn cho người tự học không? Dịch vụ mới này có thể chưa có, nhưng nếu yêu cầu thì có thể thúc đẩy sự xuất hiện của nó. Nói một cách ngắn gọn, người tư vấn việc tự học của bạn là một thủ thư, người sẽ trở thành cố vấn học tập cá nhân của bạn. Người đó đã được đào tạo đặc biệt để giúp bạn khớp nối lại nhu cầu và mục đích của mình, lên kế hoạch cho một chương trình học hành, chọn lựa và thu thập tài liệu, giải quyết các vấn đề nảy sinh trong quá trình học tập. Thông thường những thủ thư thông minh, duyên dáng và nhiệt tình nhất sẽ tham gia vào chương trình này. Nếu có một chuyên gia tư vấn cho người tự học, hãy tự giới thiệu bản thân với người đó. Bạn sẽ nhận những lời khuyên vô giá cho việc học hành của mình.

Cở sở dữ liệu là những bảng danh mục được vi tính hoá về các tạp chí và tài liệu báo cáo theo chủ đề cụ thể. Tìm kiếm trong cơ sở dữ liệu tiết kiệm thời gian cho chúng ta bởi các học viên chỉ cần tìm kiếm trong vài phút thay vì cần tới hàng ngày trời như trước đây. Tìm kiếm kiểu này có thể cung cấp cho bạn bản danh sách các tài liệu đáp ứng được nhu cầu từng cá nhân, thường kết quả còn kèm theo bản tóm tắt hay tổng kết về những bài báo được liệt kê. Chúng có thể được mở rộng để xác định những chủ đề phổ biến hay thu hẹp phạm vi bằng cách định rõ ngày xuất bản, ngôn ngữ, vùng địa lý…

Danh mục sắp xếp trong cơ sở dữ liệu thường toàn diện hơn là danh mục in, chúng thường được cập nhật liên tục, máy vi tính có thể tìm kiếm những thuật ngữ và nguồn thông tin còn quá mới, chưa xuất hiện trong danh mục in. Lôgic học của máy vi tính có thể được sử

dụng để kết hợp một số khía cạnh có liên quan của cùng một vấn đề, như lái xe và chứng nghiện rượu, để tạo ra một danh mục phù hợp riêng. Điều này là không thể đối với danh mục in. Một vài cơ sở dữ liệu còn chứa thông tin không nằm trong thư mục, như là các đoạn văn bản của các tình huống pháp luật, dữ liệu thống kê, và báo cáo về các nghiên cứu đang tiến hành.

Tìm kiếm trong cơ sở dữ liệu thường được hỗ trợ bởi hệ thống phân phối tài liệu mà qua đó nguyên văn bài báo, báo cáo hay các tài liệu khác được trích dẫn trong phần tìm kiếm đã được đưa ra cho người sử dụng. Dịch vụ này đặc biệt giá trị đối với những người không thể dễ dàng kiếm được tài liệu trong thực tế, có thể do họ sống quá xa và không dễ dàng tiếp cận các nguồn có thể. Hệ thống phân phối tài liệu cho phép những người này gọi điện, viết thư, gửi điện báo hay fax đi yêu cầu của họ và nhận được những tài liệu họ cần một cách dễ dàng và nhanh chóng.

Một vài thư viện công cộng cung cấp công cụ tìm kiếm cơ sở dữ liệu miễn phí cho tất cả mọi người, nhưng bạn có thể phải hỏi thêm cho rõ bởi các thủ thư đôi khi có thái độ miễn cưỡng đối với những thông tin tự nguyện về các dịch vụ đáng giá có thể bị lạm dụng. Ví dụ, thư viện bang New York hạn chế số lần tìm kiếm miễn phí trong hệ thống thư viện công cộng trong bang. Những tìm kiếm này được chuyển tiếp đến các thư viện công cộng riêng lẻ khác để khách hàng sử dụng.

Sự may mắn: Phần thưởng và ích lợi của việc học hành

Tất cả chúng ta đều đã trải qua kinh nghiệm học một từ mới rồi thấy từ đó xuất hiện ít nhất một tới hai lần trong các cuộc hội thoại vài ngày sau đó. Kinh nghiệm phổ biến này chỉ ra mối liên hệ giữa việc học tập của bạn và vận may. Càng bị lôi cuốn vào học tập, bạn sẽ gặp càng nhiều may mắn. Đó là vì vận may thật ra được tạo bởi những điều rất giống với những việc bạn thực hiện khi học theo các phương pháp mà bạn đã biết trong cuốn sách này: đi theo các mối quan tâm của bản thân, sử dụng nhiều nguồn tài nguyên đa dạng và thiết kế việc học tập phù hợp với phong cách của mình.

Một nhà khoa học nối tiếng, Tiến sĩ James Austin đã tuyên bố: ”Những cơ hội có thể đứng về phía chúng ta nếu chúng ta khuấy động nghị lực của bản thân, luôn tiếp thu mọi cơ hội ngẫu nhiên và liên tục

kích động nó nhờ tính cá nhân của sở thích, thái độ và cách chúng ta tiếp cận cuộc sống. Tôi đã nhận ra điều này đặc biệt đúng và đã thấy mọi người có thể học cách sử dụng nguồn tài nguyên này dễ dàng đến mức nào”.

Rút ra từ nghiên cứu của Tiến sĩ Austin và những người tiên phong khác trong lĩnh vực này như Edward de Bono và Max Gunther, chúng ta có thể xác định được năm loại may mắn. Từng loại may mắn này có khả năng xảy ra cao hơn khi bạn đang học tập.

Vận may đầu tiên được gọi là may mắn mù quáng, may mắn ngu ngốc, như khi bạn rút được bốn con át trong trò chơi bài poker hay thắng xổ số. Việc duy nhất bạn cần làm ở đây là tham gia vào trò chơi, như là quảng cáo xổ số của bang tôi sống: ”Để chiến thắng bạn chỉ cần tham gia mua xổ số”.

Vì vậy hãy đến nơi có lĩnh vực của bạn, bất kể trò chơi ở đây là gì. (và tôi hy vọng là bạn sẽ chọn những “trò chơi” có ích hơn là xổ số). Đối với bạn, điều này có nghĩa là tìm đến thư viện, những người thân thiết, nghề nghiệp hay chương trình truyền hình phù hợp. Nhưng hãy tham gia trò chơi bạn muốn, như Judy Collins đã nói: ”Nàng thơ không viếng thăm một căn phòng trống rỗng”.

Vận may thứ hai bao gồm những “sự cố tình cờ” xảy ra khi bạn đang thực hiện công việc của mình. Chúng ta thường sử dụng cụm từ hấp dẫn “khả năng cầu may” khi nói về vận may này. Nó như một cái đích di động. Nhà phát minh tài năng Charles Kettering thúc giục chúng ta: ”Cứ đi đi, và có thể bạn sẽ vấp phải một cái gì đó hay ho. Tôi chưa từng thấy có ai vấp phải cái gì khi đang ngồi không một chỗ cả”.

Vận may thứ hai xảy ra khi bạn đang học tập một cách tò mò, ồn ào và không ngừng đặt câu hỏi về một vấn đề. Bạn khơi dậy vận may này ví dụ như khi bạn thông báo ở cuộc họp trên mạng rằng mình đang tìm kiếm một số tình huống, người hay tài liệu và mọi chuyện xảy ra theo kiểu “vận may đến như vậy đấy”, ai đó trong nhóm có thể giúp bạn. Bạn đã đưa mong muốn của mình vào trạng thái “hoạt động” thay vì chỉ ngồi đó với nó.

Vận may thứ ba đòi hỏi ở bạn nhiều hơn việc đang ở đúng địa điểm và có hành động để đạt được nó. Ở đây, vận may là sự câm lặng và được nguỵ trang kĩ càng vì vậy bạn sẽ bỏ qua nó nếu không minh

mẫn (từ cũ có nghĩa là "sắc sảo", được Horace Walpole sử dụng để định nghĩa khái niệm "khả năng cầu may" trong thế kỉ XVIII). Trong trường hợp này vận may đến chỉ do bạn đủ lanh lợi và thông minh để nhận thức được những biểu hiện của nó.

Lời khuyên tốt nhất để có thể thu hút được vận may thứ ba là câu nói của Pasteur: *"Dans les champs de l'observation, le hazard ne favorise que les esprits preparés"* (Vận may thiên vị những trí tuệ đã chuẩn bị sẵn sàng). Khi Fleming "vấp" phải tai nạn tiết lộ việc penicillin tiêu diệt được vi khuẩn, ông đã phải bỏ rất nhiều công sức suy ngẫm về lĩnh vực này trong suốt ba chục năm.

Tiến sỹ Austin nhận biết dạng thứ tư của vận may trong cuốn sách xuất sắc của mình: *Theo đuổi, cơ hội và sự sáng tạo (Chase, chance and Creativity).* Vận may thứ tư xảy ra khi bạn đang làm điều gì đó theo cách đặc trưng, có lẽ là độc nhất vô nhị của bạn. Điều này nghe có vẻ kì bí nhưng đối tượng đang được mô tả ở đây là chiến lược khôn ngoan được những chuyên viên tư vấn nghề nghiệp giàu kinh nghiệm nhất khuyên đối với việc thay đổi nghề nghiệp. Họ khuyên các khách hàng là một trong những con đường chắc chắn nhất để vươn tới vị trí dẫn đầu trong bất cứ lĩnh vực nào là xác định được phong cách, quan điểm riêng của bản thân và đi theo nó. Đó chính là thời điểm mà may mắn dễ xảy đến nhất. Nhà thần thoại học Joseph Campbell đã khuyên học trò của mình tương tự như thế: "Hãy đi theo hạnh phúc của bạn".

Vận may thứ năm loé lên nhờ trực giác. Ở đây, một giọng nói nho nhỏ từ bên trong thúc giục bạn làm điều gì đó bạn dường như đã làm khác đi và kết quả là một vận may khác thường đến với bạn. Rõ ràng, điều này thậm chí còn liên hệ sâu hơn tới những nguồn lực bên trong, liên quan đến cảm giác về những điều chúng ta chỉ lờ mờ nhận biết. Tuy nhiên nó cũng có thể được trau dồi và phát triển.

Tóm lại có năm cách sau để có được vận may: (1) ở, (2) chủ động, (3) sẵn sàng, (4) là chính mình, (5) dựa vào trực giác.

Báo và tạp chí: Cái nhìn thoáng qua về thế giới

Để có một cái nhìn mới mẻ về thế giới của kỹ năng, tri thức và phong cách khác, không có gì hay hơn là bỏ ra một giờ đọc một tờ tạp chí về một lĩnh vực bạn không biết chút gì.

Bạn sẽ đột nhiên thấy mình đang ở trong thế giới mới lạ nhưng thân thiện của sự nhiệt tình, con người và các vấn đề mới mẻ. Thông tin đăng tải bên trong và các mẩu quảng cáo sẽ giúp bạn thâm nhập dễ dàng vào lĩnh vực này. Không giống như khi cầm lên một bản điều tra hay sách giáo khoa trong cùng lĩnh vực, việc đọc một tạp chí cho phép bạn lắng nghe những con người thực nói về các vấn đề và có vô số sự kiện sắp diễn ra mà bạn có thể tham gia nếu thấy hứng thú.

Một cách có tác dụng khác để sử dụng các tạp chí chuyên dụng là bỏ qua một đống các vấn đề của năm trước và tìm các bài tổng kết các sự kiện lớn của năm nay. Các tạp chí chuyên dụng nhất xuất bản danh sách đó trong số phát hành tháng Mười Hai hoặc tháng Giêng. Thường nó sẽ ở dưới dạng một bài báo chính thức bàn về mười hay mười hai sự kiện quan trọng nhất trong lĩnh vực trên. Không có phương pháp nào có được lời giới thiệu nhanh chóng lập tức về tình hình lĩnh vực đó hiện nay tốt hơn là đọc một bài phê bình như vậy về năm vừa qua. Bạn sẽ không hiểu nhiều từ ngữ chuyên ngành hay nhận ra được nhiều cái tên được sử dụng trong đó, nhưng bạn sẽ có cảm nhận tổng quát tuyệt vời về mọi điều đang diễn ra - những vấn đề, tình hình phát triển và con người quan trọng.

Bằng cách cơ bản hơn, bạn có thể rút ra được nhiều thứ từ việc đọc báo hàng ngày. Bắt đầu bằng việc thực sự sử dụng những gì bạn đọc được. Hãy đọc báo với một cái bút và,nếu có thể, cái kéo trong tay. Đánh dấu, khoanh vùng và cắt ra không để cho bạn mà cho cả bạn bè bạn. Mẩu tin hay cho đúng người cần đến nó là một món quà không tốn kém, hấp dẫn nhất bạn có thể tặng ai đó. Khi bạn tìm thấy điều hấp dẫn nhưng không có thời gian để đọc kĩ nó, đừng cố gắng đọc lướt qua. Hãy cắt nó ra và giữ lại cho ngày nghỉ cuối tuần.

Tờ báo của bạn có thể giúp bạn tạo ra cả một cuốn sổ ghi chú những điều hay nhất trong nó: Hầu hết các tờ báo quan trọng cũng đều làm như vậy.

Một tuần một lần, tập trung vào vài mục của tờ báo. Sử dụng các tạp chí để khám phá các lĩnh vực mới. Nếu nói rằng bạn thường xuyên bỏ qua mục thể thao, kinh tế, khoa học hay nghệ thuật, hãy dành ra một lúc thực sự chú tâm vào nó. Điều này sẽ mở ra cho bạn cánh cửa dẫn tới những sự phát triển thú vị. Và tôi đảm bảo rằng bạn sẽ tìm ra địa bàn để sử dụng được những điều mình mới học trong vòng 48 giờ (xem phần trước bàn về may mắn).

Đổi tờ báo bạn đọc ba tháng một lần (theo mùa, để thay đổi thái độ từ trong đầu bạn). Đọc một tờ báo khác trong vòng một tuần hoặc cho nó vào danh sách báo đọc thường xuyên nếu bạn thực sự thích nó. Bạn sẽ giật mình khi nhìn thế giới dưới con mắt của người đọc những tờ tin vắn rẻ tiền ở địa phương nếu bạn đã quen với tờ báo cao cấp. Những người phụ trách các chuyên mục và tác giả của tờ báo thuộc phe bảo thủ sẽ làm bạn nhanh chóng tỉnh ngủ nếu tờ báo bạn yêu thích là của phe tự do hay trung lập. Hãy tự cho phép mình thay đổi cái nhìn về thế giới ít nhất một lần trong tháng và tự hỏi xem liệu có tin tức hay cách nhìn nhận nào mà bạn cần cân nhắc hay không.

Các bảo tàng: cách để sử dụng chúng

Bạn tôi, David Carr, đã viết trong một cuốn sách mỏng một trang về cách để sử dụng viện bảo tàng. Nó đã làm các cuộc viếng thăm bảo tàng của tôi trở nên hứng thú hơn nhiều. Bởi vậy được sự cho phép của ông, tôi sẽ chia sẻ với các bạn những lời khuyên đó. Sau đây là năm ý tưởng cơ bản cho việc học tập trong bất cứ viện bảo tàng nào:

Suy nghĩ về những gì bạn nhìn thấy và bạn cảm thấy đặc biệt thú vị ở điều gì.

Quyết định điều thu hút bạn nhất và dành thời gian quan sát nó.

Ghi chép lại những gì bạn tìm ra bằng các ghi chú, phác thảo hay ảnh chụp.

Trao đổi về những thứ của bảo tàng làm bạn thích thú với ai đó bạn quen biết.

Theo đuổi mối quan tâm của bạn sau khi rời khỏi bảo tàng. Một kế hoạch tìm hiểu rõ ràng cũng cho bạn điều gì đó để suy nghĩ sau cuộc viếng thăm. Liệu tôi đã thấy mọi thứ mình muốn chưa? Các câu hỏi của tôi đã được giải đáp chưa? Thực tế, một vài kiến thức có giá trị nhất có thể xuất hiện khi rời khỏi bảo tàng. Khi bắt đầu đặt ra chương trình tìm hiểu viện bảo tàng, bạn có thể sẽ bắt đầu một sự theo đuổi lâu dài - nó thậm chí còn đeo đuổi bạn về tận nhà!

Đánh giá: Để có cuốn sách mỏng đầy đủ của Giáo sư Carr và chia sẻ kinh nghiệm học tập trong viện bảo tàng của bạn, hãy viết thư đến địa chỉ: Carr ở Graduate School of Education, Rutgers University, 10

Seminary Place, New Brunswick, New Jersey 08903, bên trong kèm theo một phong bì đã dán sẵn tem và có địa chỉ của bạn để thuận tiện cho việc nhận được hồi âm.

Con người: mạng lưới tri thức

Nói theo nghĩa đen, bạn được bao quanh bởi hàng trăm người với tri thức, kỹ năng, sở thích, và các mối liên hệ có giá trị cao đối với bạn - chỉ cần bạn cố gắng liên hệ với họ mà thôi! Robert Lewis, người sáng lập và là Tổng giám đốc điều hành của Network Builders International tại Atlanta nói rằng: "Nắm vững những tài nguyên ẩn chứa quanh bạn có thể nâng cao hứng thú và hiệu quả làm việc lên rất nhiều".

Lewis có quyền đưa ra tuyên bố trên. Ông đã bỏ ra 15 năm tạo ra các danh mục hệ thống cho các doanh nghiệp địa phương, các nhà thờ ở vùng lân cận, câu lạc bộ và các hiệp hội. Phương thức của ông đã đạt kết quả trong trường phổ thông, đại học, thư viện, chế độ quản lý và các viện dưỡng lão.

Hóa ra mọi người đều thích chia sẻ kiến thức, kỹ năng và các mối quan hệ của họ. Và khi có cơ hội để chia sẻ chúng, lòng tự trọng của họ được nâng cao. Tinh thần trong tổ chức được tăng cường. Mọi người cảm thấy được trợ giúp và khích lệ lẫn nhau và những sự trân trọng mới được dành cho toàn bộ kỹ năng và sở thích của những người khác. Lewis khẳng định: "80% năng lực và tài năng tiềm ẩn bên trong từng thành viên của các tổ chức bị chôn vùi trên trang thứ hai của bản lý lịch, trong thùng lưu trữ của phòng nhân sự mà không bao giờ được sử dụng đến".

Sau đây là một số cách sinh viên của tôi đã sử dụng những nguồn lực tiềm ẩn đó trong tổ chức của họ. Một người phụ nữ nhận ra mình cần tham gia hội thảo về quản lý thời gian. Có ba hội thảo như vậy đang diễn ra trong địa phương, nên cô không biết phải chọn cái nào. Cô ta dễ dàng tìm thấy ai đó đã tham gia một trong ba hội thảo trên.

Một người khác vừa đọc xong một cuốn sách được ưa thích: *In Search of Excellence* (Kiếm tìm sự hoàn hảo) và rất hào hứng để nói về nó với một ai đó trong công ty. Anh ta tìm thấy bốn người đã đọc nó vào năm trước.

Sinh viên thứ ba muốn tập hợp một đội ngũ chuyên nhiệm đặc biệt để làm gì đó với vấn đề ô nhiễm trong cộng đồng. Cô tìm thấy sáu người hứng thú và có kiến thức trong lĩnh vực này, cùng tham gia với cô trong việc nghiên cứu tình hình và lập kế hoạch cho chiến dịch.

Lewis đề xuất cách sử dụng để tìm ra người biết thông tin gì trong tổ chức của mình. Đầu tiên, ông nói, hãy xác định mục tiêu cụ thể cho bài tập hệ thống của bạn. Bạn cần đến loại thông tin, hiểu biết, tài năng, khả năng thấu hiểu hay giúp đỡ nào? Sau đó, tạo ra một bảng câu hỏi đơn giản trong khoảng nửa tiếng đưa ra các chủ đề khó giải quyết mà người trong tổ chức của bạn sẵn sàng giúp đỡ. Tên và số điện thoại của họ có thể được liệt kê dưới các mục như sau:

Kỹ năng nghề nghiệp (kế toán, triển lãm nghệ thuật...).

Sản phẩm/Dịch vụ/Ngành kinh doanh (hàng không, sửa chữa ôtô...).

Các mối liên hệ (người uỷ quyền, chủ thầu...).

Các vấn đề thảo luận - công việc và chuyên ngành (sự quyết đoán, ngân quỹ...).

Sự thăng tiến trong nghề nghiệp (những điều đạt được, các thông tin có ích...).

Kinh nghiệm học thuật/chứng chỉ (kiến trúc, du lịch bằng thuyền...).

Các mục khác có thể bao gồm tạp chí yêu thích, các cuốn sách vừa đọc gần đây, lớp học và chương trình đào tạo, kinh nghiệm hay kế hoạch du lịch, sở thích, tình hình sức khoẻ và các nhóm hỗ trợ.

Những thông tin trên khi được thu thập và xử lý chính xác sẽ cho bạn thành quả quan trọng: danh mục hệ thống thông tin của riêng bạn. Lewis tuyên bố: ”Một khi mọi người trong công ty có trong tay danh mục hệ thống như vậy, sẽ có sự gia tăng đột ngột, ngay lập tức và đáng khích lệ trong việc giao tiếp. Khi phải đối mặt với một vấn đề, bất cứ ai cũng có thể tìm đến người nào đó trong công ty sẽ cho họ lời khuyên hay thông tin cá nhân”. Bạn sẽ nhanh chóng tìm thấy người kết bạn được để trao đổi tri thức về các lĩnh vực có liên quan, tạo lập

các nhóm làm việc và đội ngũ chuyên nhiệm định hướng vấn đề, sắp xếp công việc thành thạo với khả năng sắc bén. Tương tự đối với các mối quan tâm cá nhân, nhân viên sẽ tăng dần việc tìm kiếm bên trong tổ chức, thúc đẩy những mối liên hệ vượt trội hơn so với các tập thể quan liêu.

Học từ gia sư, những người tài giỏi, cố vấn mang lại những triển vọng to lớn. Trong phần lớn lịch sử phương Tây, đây chính là cách mà những người được coi là tinh anh được dạy bảo và nó hiện vẫn rất thịnh hành. Khi một người điều hành số lượng tiền lên đến sáu chữ số cần học một điều gì đó quan trọng, người đó thường không đăng kí vào một lớp học. Thay vào đó, nhà điều hành nhờ trợ lý tìm ra người tài giỏi nhất trong các chuyên gia tại địa phương ở lĩnh vực này và thuê người đó làm việc với mình, tất nhiên không phải như gia sư mà như một cố vấn. Bản thân những nhà khoa học cũng học việc trong phòng thí nghiệm lâu năm, và cả các nghệ sĩ cũng tương tự như vậy.

Học tập qua những liên hệ thường ngày với người có tài là một kinh nghiệm quan trọng. Rõ ràng những điều được hướng dẫn trong trường hợp này hoàn toàn thích ứng với cá nhân mỗi học viên - ở đây chính là bạn. Gia sư có thể điều chỉnh trình tự, chủ đề và thậm chí phong cách học tập.

Bạn có thể thực hiện khả năng liên hệ này qua các cuộc gặp gỡ nhờ các cơ quan trao đổi học tập, nhưng bạn cũng có thể trực tiếp thực hiện nếu chưa có tổ chức như vậy hoặc không tìm thấy gia sư phù hợp. Thậm chí bạn có thể tự quảng cáo. Điều này có tác dụng hầu như đối với mọi môn học, chủ đề, vấn đề hay kỹ năng. Một khi đã đề nghị, bạn sẽ khám phá ra rằng một vài người thú vị nhất trong cộng đồng của mình luôn háo hức được chia sẻ kiến thức và kỹ năng.

Dạy học: Chia sẻ những điều bạn đã học được

Có một câu châm ngôn cổ nói rằng: ”Hãy dạy những điều bạn cần phải học”. Trong kỉ nguyên của tri thức giáo dục cao cấp và thành thạo chuyên môn, mỗi chúng ta đều có tri thức quan trọng để dạy lại cho những người khác. Giống như việc mọi người đều có thể học, mọi người đều có thể dạy.

Việc này có rất nhiều ưu điểm. Giảng dạy tăng cường và mở rộng sự thông hiểu vấn đề của bạn. Nhiều giáo viên đại học thổ lộ rằng

trong suốt những năm được đào tạo, họ chưa từng học về một vấn đề nào nhiều như trong lần đầu tiên dạy nó cho những sinh viên mới.

Cho dù là đang kèm cặp một người hay diễn thuyết trước hàng trăm người, dạy học sẽ thúc đẩy bạn có cái nhìn tổng quan mới mẻ về đề tài của mình. Nó khiến bạn phải tư duy xuyên suốt những vấn đề cơ bản và buộc bạn phải chắc chắn rằng kiến thức của mình được cập nhật. Hơn nữa, các sinh viên sẽ có khả năng khơi dậy các suy nghĩ của bạn.

Để thu xếp việc dạy một khoá học, bạn cần xem xét qua ba vấn đề và chuẩn bị dự kiến cho khoá học như phác thảo sau đây. Đầu tiên, nghĩ xem làm cách nào để có thể khiến khóa học trở nên thú vị và có ích đối với những người khác. Nó liên quan như thế nào đến các mối quan tâm của bạn? Chủ đề nổi lên khi nó được viết trong những cuốn sách thông dụng hay các tờ báo và tạp chí phổ biến là gì? Bạn có thể phác hoạ câu chuyện về chủ đề đó cho tờ báo địa phương mình. Điều này sẽ có ích sau này để quảng cáo cho lớp học của bạn.

Thứ hai, cân nhắc những điều gì đáng để học nhất và do đó đáng để dạy nhất trong môn học của bạn, bạn có thể truyền đạt nó tốt nhất tới một tập thể hay cá nhân như thế nào. Sau đó động não tìm ra cách liên hệ với những người và tập thể quan tâm đến việc học về vấn đề đó. Sau đây là mẫu để làm một bản dự thảo chương trình khoá học:

1. *Tên khoá học:* Đặt ra ba cái tên khác nhau nếu bạn có thể, ví dụ:

Giới thiệu về phương pháp quản lý thời gian của cá nhân.

Quản lý thời gian cho các doanh nhân.

Cách kiểm soát thời gian của bạn.

2. *Mô tả về khoá học:* Viết nó ra theo cách bạn muốn nhìn thấy nó xuất hiện trên danh mục của các chương trình hay cơ quan mà bạn giới thiệu theo phong cách và định dạng của họ.

3. *Người hướng dẫn khoá học:* Tổng kết khả năng chuyên môn đối với khoá học này của bạn, bao gồm cả quá trình học tập và kinh nghiệm về môn học, chứng nhận khả năng và kinh nghiệm giảng dạy.

4. *Đề cương khóa học:* Mục tiêu và chủ đề của từng phần trong khoá học.

5. *Tài liệu của khóa học:* Sách và bất cứ tài liệu hay dụng cụ hỗ trợ nào khác (như các phương tiện nghe nhìn) bạn sẽ sử dụng.

6. *Các khoá học cạnh tranh:* Liệt kê các khoá học khác trong khu vực có thể cạnh tranh với khoá học của bạn.

7. *Thời gian và địa điểm:* Nói ngắn gọn ngày tháng và thời gian bạn muốn giảng dạy, kể cả địa điểm nếu cơ quan tài trợ có một số khu vực dạy học.

Vượt lên trên những lợi ích của việc dạy học đối với học tập của bạn, đó còn là cách tốt nhất để gặp những người có cùng quan tâm tới lĩnh vực của bạn, người sẵn sàng chia sẻ sự nhiệt tình và truyền thêm năng lượng cho bạn. Những người đó có khả năng sẽ trở thành đồng nghiệp hay bạn bè của bạn.

Điện thoại: Liên hệ với các chuyên gia

Các thành viên trong Trường đại học vô hình của bạn là chuyên gia hàng đầu trong lĩnh vực mà bạn quan tâm. Trong phần này bạn sẽ học cách (1) nhận dạng họ, (2) liên hệ với họ, (3) nói chuyện với họ, và (4) sử dụng những điều bạn học được.

Nếu việc đến gặp các chuyên gia nghe có vẻ liều lĩnh là do hầu hết chúng ta bị định hướng để tin rằng tri thức phải được tìm thấy trước tiên, quan trọng nhất và sau cùng trên các cuốn sách in. Tuy nhiên, những thủ thư tham khảo tốt nhất biết rõ hơn. Học trực tiếp từ các chuyên gia là quan trọng đối với bạn vì một số lý do như: học như vậy vui hơn là chỉ ngồi đọc, nó mang việc học tập của bạn đến với cuộc sống, liên kết nó với giọng nói, tính cách và cảm xúc, không có gì giúp bạn thêm phần hứng thú hơn là một cuộc đàm luận với ai đó yêu thích vấn đề của bạn.

Hơn nữa, kiểu chuyện trò qua lại này làm trí tuệ của bạn hoạt động nhiều hơn. Bạn có thể đặt câu hỏi hay hưởng ứng một thông tin mới lạ. Khi có điều gì khó hiểu, bạn thể có sáng tỏ bằng cách không thể đạt được với các cuốn sách hay bài báo. Và bạn có thể lịch sự chuyển cuộc nói chuyện sang mảng đề tài bạn quan tâm nhất, phù

hợp với việc học tập theo nhu cầu cá nhân của bạn.

Nhận dạng các chuyên gia trong mọi lĩnh vực là tương đối dễ dàng. Danh sách các chuyên gia hàng đầu đầu tiên mà bạn có được chính là tác giả của những cuốn sách hay nhất trong lĩnh vực, người biên tập và người viết bài chính cho các tập san, tờ báo, tạp chí đầu ngành và các chuyên gia được trích dẫn nổi bật nhất trong những cuốn sách, tạp chí xuất bản định kì.

Đối với danh sách trên, bạn có thể muốn thêm vào: những chuyên gia quan hệ quần chúng, người mà vai trò cung cấp thông tin cho cộng đồng và phương tiện truyền thông; công chức chính quyền liên bang điều hành lĩnh vực đó; nhân viên của các tổ chức, cũng như nhân viên chính phủ, có một phần trách nhiệm phản hồi các yêu cầu thông tin; và các cá nhân đáng tin cậy, những người thực sự thực hiện các công việc mà bạn muốn học.

Liên hệ với những người này không khó như bạn nghĩ. Gọi điện thoại cho các chuyên gia thay vì viết thư là cách tốt nhất để tạo mối liên hệ. Nó vừa nhanh hơn mà bạn lại có thể đặt câu hỏi và tạo một cuộc hội thoại. Bob Berkman được coi là “chuyên viên vượt qua giai đoạn làm quen” đã nghĩ ra các kỹ năng liên hệ với chuyên gia trong suốt năm năm làm nghiên cứu sinh ở McGraw-Hill và giảng dạy về vấn đề này ở New York’s Learning Annex. Sau đây là danh sách để sử dụng thuận tiện trong cuốn sách Finding It Fast: (Tìm kiếm nhanh chóng).

1. Chuẩn bị trước cuộc trò chuyện với chuyên gia. Đọc một ít về chủ đề, lập danh sách các câu hỏi, và nghĩ cách tốt nhất để thăm dò ý kiến của giới chuyên môn.

2. Quyết định xem bạn sẽ thu âm lại cuộc nói chuyện hay ghi chú.

3. Đừng liên hệ với chuyên gia hàng đầu trước. Thay vào đó nói chuyện với ai đó không có chuyên môn quá cao và đã quen với việc giải thích các khái niệm cho những người không phải chuyên gia. Ở đây, các nhà báo là đối tượng thích hợp.

4. Hãy khiến người thư ký quan tâm tới kế hoạch của bạn, nói chuyện với trợ lý của chuyên gia. Gọi cho văn phòng có liên quan. Kiên nhẫn và cố gắng theo đuổi.

5. Đừng quá nhanh chóng chấp nhận câu trả lời: “Tôi không thể giúp bạn” hay: “Tôi không biết” cho lời đề nghị nói chuyện với một chuyên gia của bạn. Nếu cần thiết hãy gọi và thử lại vào những lúc khác.

Một khi đã được chuyên gia lắng nghe, bạn có thể tự hỏi phải bố cục bài phỏng vấn như thế nào. Đầu tiên, diễn giải quá trình nghiên cứu của bạn để chuyên gia thấy rằng bạn đã làm việc ở nhà và tương đối hiểu biết về lĩnh vực đó. Tiếp theo, giải thích mục đích của bạn về mặt mục tiêu trên hết - đừng dẫn dắt tới nó bằng những câu hỏi vụn vặt. Chuyên gia có thể biết một con đường tiếp cận nhanh hơn và dễ dàng hơn rất nhiều tới điều bạn cần biết nếu người đó biết bạn hướng tới điều gì. Một đoạn dẫn dắt quá dài dòng có thể chỉ vô ích và làm chuyên gia phát cáu.

Hãy sớm ngụ ý rằng bạn hiểu mối quan tâm của chuyên gia tới việc được ghi nhận những đóng góp của họ. Đưa vào cuộc nói chuyện những câu như: “Tôi muốn trích dẫn tên của ngài về vấn đề này” hay: “Tôi sẽ trích dẫn cuốn sách của ngài”.

Cuối cùng, hỏi thêm về các mối liên hệ và nguồn tham khảo ở cuối buổi phỏng vấn để biết được bước tiếp theo mình phải đi nếu nhận ra vẫn còn có những kết quả mơ hồ. Để lại chỗ người vừa cung cấp thông tin cho bạn một bức thư cảm ơn ngắn, không chỉ vì phép lịch sự mà còn để tên bạn và địa chỉ lại phòng khi có một ý nghĩ nảy ra sau này hay một phát kiến mới thì nó sẽ nhắc nhở người ta liên hệ lại với bạn.

Bạn có thể sử dụng những điều bạn vừa học theo nhiều cách. Bob Berkman đưa ra một bản liệt kê những mục hữu ích khác để “hoàn thành tất cả” theo cách tóm giữ được những kiến thức mới của bạn, lưu dưới dạng có thể sử dụng lâu dài về sau và dẫn chứng nó trong trường hợp bạn muốn có sự công nhận của người khác hay chứng nhận mang tính học thuật:

- Bạn biết thời điểm kết thúc cuộc nói chuyện khi đoán trước câu trả lời cho những câu hỏi của mình và bỏ ra rất nhiều công sức nhưng không nhận thêm được nhiều thông tin mới.

- Trước khi coi như dự án của bạn hoàn thành, hỏi một trong các chuyên gia để duyệt lại tính đúng đắn công việc của bạn. Đây là

bước then chốt trong quá trình học tập.

- Tổ chức thông tin bạn thu thập được theo chủ đề thay vì theo nguồn cung cấp. Điều này sẽ giúp công việc hoàn thành dễ dàng hơn.

- Khi quyết định điều gì đáng để đưa vào bản báo cáo sau cùng, chọn những thông tin liên quan và đáng tin cậy.

- Viết kết luận bất cứ khi nào thích hợp.

- Luôn phải ghi nhớ khách quan, tìm kiếm các chính kiến đối lập hoàn chỉnh và trung thực.

Một khi đã nắm được những kỹ năng đơn giản này, bạn sẽ thấy rằng liên hệ với chuyên gia bằng điện thoại là một trong những cách học tập thú vị và hiệu quả nhất. Chừng nào nó còn hiệu quả, bạn vẫn nhận được thông tin bạn cần và thông tin đó có thể cập nhật đến từng phút. Bạn nhận được nhiều điều có giá trị không kém như là sự thích thú: khả năng tiềm ẩn bùng phát khi nói chuyện với ai đó liên quan sâu sắc và nhiệt tình với chủ đề của bạn.

Truyền hình: làm màu mỡ hoang mạc mênh mông

Vấn đề chính trong việc học từ truyền hình là sự thiếu cấu trúc của các chương trình. Có thể có một cuộc nói chuyện buổi sáng, một bộ phim tài liệu vào buổi tối, một cuộc hội thảo vào cuối tuần. Dù chúng có thể hấp dẫn nhưng chúng không gộp lại thành nhóm kiến thức hoàn chỉnh, trừ phi chính bạn làm điều đó. Điều này giải thích tại sao cần phải chủ động học tập để tự lên khung chương trình và thoả mãn nhu cầu chính bạn.

Có nhiều cách để thu được nhiều kiến thức hơn từ thời gian bạn bỏ ra xem ti vi và không cần phải dán mắt vào chương trình tài liệu truyền hình. Bạn có thể làm tăng thêm thích thú, hứng khởi và chiều sâu cho việc xem ti vi của mình.

Kiểm soát việc xem truyền hình rất dễ dàng. Trước tiên, sử dụng sự quan tâm của bạn để định hướng lựa chọn các chương trình, xem xét một số lượng chương trình nhiều hơn bình thường. Hãy thử chương trình nào đó hoàn toàn không quen thuộc. Đưa mình ra khỏi

thói quen thường ngày: nghe vở nhạc kịch đầu tiên, xem một chuyên gia trong lĩnh vực chuyện riêng của giới mày râu nói gì hoặc thăm thế giới tưởng tượng của J.R.R.Tolkien hay Charles Schulz, bất cứ điều gì không mấy quen thuộc với bạn. Khoảng hơn chục lần thâm nhập vào "vùng đất lạ" trong vòng ba tháng tới rất có khả năng mở ra ít nhất một lĩnh vực bạn cho là thú vị.

Bước tiếp theo là đi theo nó. Sử dụng những nguồn tài nguyên khác: sách, băng ghi âm, băng hình thuộc cùng chủ đề với chương trình mà bạn xem và đối thoại với những người có kiến thức về nó.

Những điều trên gộp lại thành một người xem truyền hình chủ động - chủ động trước khi bật ti vi lên, chủ động trong lúc xem do luôn cảnh giác, tìm kiếm sự thật, đặt câu hỏi cho bản thân và ghi chú những điểm quan trọng; và sau đó chủ động thực hiện điều gì đó với những điều bạn đã xem.

Vườn thú: Học tập từ động vật

Hàng trăm nghìn năm qua, con người đã học tập các loài động vật. Hãy nghĩ đến cách những người da đỏ châu Mĩ cùng các bộ lạc của họ kết bạn với động vật và những đặc điểm tri thức dân gian của họ biểu hiện trong Ngụ ngôn Aesop hay phép ẩn dụ thâm nhập khắp nơi của khái niệm "bầy đàn con người". Thế giới động vật mang lại cho chúng ta những hình ảnh bất biến và mạnh mẽ về hành vi của con người cả về mặt trí tuệ và cảm xúc.

Tuy nhiên hầu hết chúng ta không còn giữ mối liên hệ với giới sinh vật này nữa. Chúng ta hiếm khi liên hệ với động vật và bởi vậy chúng ta đã bỏ lỡ nhiều tác nhân kích thích hướng tới sự thấu hiểu bản thân và hoàn cảnh của mình. Chúng ta cũng mất đi rất nhiều niềm vui.

Thỉnh thoảng hãy đến thăm sở thú ở địa phương bạn. Ngắm nhìn các loài động vật và nghĩ xem chúng cư xử ra sao và hành động đó tiết lộ điều gì về những căn nguyên ẩn giấu trong các hoạt động của con người. Hãy chú ý xem, tính tò mò, sự thể hiện bản thân và các hoạt động cơ bản khác điều khiển hành vi động vật, và cả chính chúng ta nữa, như thế nào.

Cách bố trí này được vận dụng từ cơ cấu tổ chức nổi tiếng "7-S" của công ty McKinsey.
1. Định luật này có thể được hiểu là cứ sau mỗi năm, người tiêu dùng với số tiền ít hơn lại có thể mua được một bộ vi xử lý mạnh gấp đôi.
2. RFID: công nghệ nhận dạng bằng tần số sóng vô tuyến, một công nghệ hỗ trợ quá trình nhập dữ liệu, giúp các công ty, đại lý có thể quản lý sản phẩm của mình, biết rõ số lượng sản phẩm của mình trên các giá hàng cũng như trong kho bằng cách dán các thẻ RFID lên sản phẩm. Công nghệ này có thể được sử dụng để thay thế cho việc sử dụng mã vạch ngày nay.
5. Sách do Alpha Books mua bản quyền và sẽ xuất bản cùng bộ với Đảo chiều (Zag) và Sáng tạo (Designful Company).
6. Cuốn sách này đã được Alpha Books mua bản quyền và sẽ xuất bản trong thời gian tới.
7. Sách đã được Alpha Books chọn dịch và xuất bản BUILDING STRONG BRANDS (XÂY DỰNG NHỮNG THƯƠNG HIỆU MẠNH).
3. Sách do Alpha Books dịch và xuất bản.
4. Một hình thức thử rượu trong đó người thử không được biết nhãn mác của loại rượu và phải đoán xem hương vị đó là của loại rượu nào.
1. Phương pháp Duy Tuệ: Tên tạm gọi của một số phương pháp được phát minh qua trải nghiệm của tác giả, nhằm giúp ổn định đầu óc của con người.
2. Phật Tâm Danh: Tên Phật được tác giả Duy Tuệ trao cho mỗi Hiền giả Minh Triết
1. Hào (爻, yáo) được biểu diễn dưới dạng các đoạn thẳng nằm ngang; mỗi hào này có thể là Dương (đường liền nét) hay Âm (đường đứt nét bao gồm hai đoạn thẳng cách nhau một khe nhỏ).
1. Cựu Chủ tịch kiêm Tổng giám đốc Tập đoàn General Electric.
(1) Jupiter Research: Hãng khảo sát trực tuyến nổi tiếng của Mỹ (ND)
(2) Là loại thẻ khách hàng thân thiết, dùng để tích điểm thưởng sau mỗi lần giao dịch mua hàng của khách. "Điểm" được tích lũy có thể được khấu trừ hoặc đổi lấy hàng hóa, dịch vụ ở những điểm giao dịch thuộc đơn vị chấp nhận thẻ (ND)
(1) Nguyên văn: Happen (ND).
(1) Cụm từ "Occam's razor" được đưa ra từ năm 1852 dựa trên nguyên tắc của nhà thần học, tu sĩ và luật sư người Anh – Cha William Ockham (d'Okham) (ND).
(1) Thái Hà Books liên kết với Nhà xuất bản Đại học Kinh tế Quốc dân xuất bản và phát hành năm 2010 (ND).
(2) Nghiên cứu các tình huống chiến thuật trong đó các đối thủ lựa chọn hành động khác nhau để có thể tối đa hóa kết quả nhận được. (ND)
(1) Adrenalin là 1 loại hoóc-môn do tuyến thượng thận tiết ra, có tác dụng làm co mạch (nhưng lại làm giãn mạch ở não), tăng nhịp tim, làm co cơ, tăng

lưu lượng máu. Ngoài ra nó cũng là chất làm tăng sức mạnh và sức chịu đựng của các cơ (ND).
(1) Nguyên văn: problem (ND).
(2) Một hợp chất hóa học có độc tính rất cao (Bảng A) (ND).
(3) Thương hiệu thuốc giảm đau của Johnson & Johnson, không chứa aspirin nên hiệu quả điều trị khá tốt và được tiêu thụ rất mạnh (ND).
(4) Nguyên văn: Fifth Amendment: Không ai có thể bị tước đoạt sinh mệnh, tự do hay tài sản mà không thông qua thủ tục công chính của luật pháp ngay cả khi người ấy là một tội nhân (ND).
(1) Western Electric: Một công ty viễn thông lớn của Mỹ (ND).
(1) Thứ tượng trưng cho tiền khi chơi bài, có thể quy đổi thành tiền sau khi kết thúc ván bài (ND).
(1) Nguyên văn: Debt Psychology (ND).
(2) Trong tâm lý học, tâm lý động học nghiên cứu về mối quan hệ của nhiều khía cạnh khác nhau về ý thức (mind), nhân cách (personality) và linh hồn (psyche), những vấn đề này có quan hệ chặt chẽ với những vấn đề về tinh thần, xúc cảm, hoặc động cơ, đặc biệt là ở cấp độ vô thức (ND).
(3) Thu nhập còn lại sau khi trả thuế (ND).
(4) Nguyên văn: Four Horsemen of the Apocalypse (ND).
1. Enron: Tập đoàn năng lượng hùng mạnh, từng có tên trong danh sách những công ty phát triển nhất nước Mỹ, thành lập năm 1985, và phá sản cuối năm 2001.
2. Douglas McGregor (1906-1964): Giáo sư chuyên về Quản lý tại Trường Quản lý MIT Sloan, chủ tịch trường Cao đẳng Antioch từ 1948-1954. Ông cũng giảng dạy tại Học viện Quản lý Calcutta, Ấn Độ. The Human Side of Enterprise, cuốn sách nổi tiếng xuất bản năm 1960 của ông, đã ảnh hưởng sâu rộng tới thực hành giáo dục.
3. William Edward Deming (1900-1993): được coi là cha đẻ của quản lý chất lượng" với nghiên cứu "kiểm soát chất lượng bằng phương pháp thống kê", đồng thời được thế giới thừa nhận là "cố vấn trong ngành thống kê học".
4. Hamlet: nhân vật trong vở bi kịch cùng tên của nhà soạn kịch vĩ đại người Anh William Shakespeare. "To be or not to be" (Tồn tại hay không tồn tại) là câu thoại nổi tiếng của Hamlet.
5. Edward Lee Thorndike (1874-1949): nhà tâm lý học nổi tiếng người Mỹ. Các công trình của ông tập trung nghiên cứu hành vi và quá trình học hỏi. Ông cũng là người đặt nền tảng khoa học cho bộ môn tâm lý học giáo dục hiện đại.
6. Fortune 500: Danh sách 500 công ty hàng đầu nước Mỹ theo đánh giá của tạp chí Fortune.
7. Đạo luật Sarbanes – Oxley (hay còn gọi là Đạo luật Sarbox) được ban hành năm 2002 tại Mỹ nhằm bảo vệ lợi ích của các nhà đầu tư vào các công

ty đại chúng bằng cách buộc các công ty này phải cải thiện sự đảm bảo và tin tưởng đối với các báo cáo, thông tin tài chính công khai.
8. Nguyên gốc là “released-time”: một khái niệm được sử dụng tại hệ thống các trường công của Mỹ, khí đó các học sinh ở đây sẽ được luật pháp cho phép nhận được những chỉ dẫn, giáo dục về tôn giáo.
Kaizen: Cải tiến liên tục.
Big Bang: Tên gọi học thuyết về vụ nổ lớn hình thành nên vũ trụ
Midwest (còn gọi Middle West, hay The Heartland) gồm 12 bang miền Trung Tây Hoa Kỳ: Illinois, Indiana, Iowa, Kansas, Michigan, Minnesota, Missouri, Nebraska, North Dakota, Ohio, South Dakota, và Wisconsin.
Carl Gustav Jung (1875 - 1961): Nhà tâm thần học người Thụy Sĩ, nhà tư tưởng lớn và là người sáng lập ra ngành phân tâm học.
Tàu con thoi Challenger bị nổ tung sau 73 giây rời khỏi bệ phóng vào ngày 28/01/1986, làm thiệt mạng toàn bộ 7 thành viên phi hành đoàn. Thảm họa này buộc Chính phủ Mỹ phải ngưng chương trình tàu không gian trong hai năm rưỡi sau đó.
Entropy (en-trô-pi): Trong nhiệt động lực học, entropy nhiệt động lực (hay gọi đơn giản là entropy), ký hiệu dS, là một đơn vị đo lường khối lượng năng lượng dQ phát tán/hấp thụ khi một hệ vật lý chuyển trạng thái tại một nhiệt độ tuyệt đối xác định T (dS = dQ / T).
Nguyên văn: Problem. Tác giả đề cập đến 'vấn đề' như một yêu cầu, một vụ việc, một tình trạng... cần được giải quyết nhanh chóng và thấu đáo để thỏa mãn kỳ vọng của một cá nhân hay tổ chức nhằm tránh các thiệt hại có thể xảy ra.
'Thay đổi và cải tiến liên tục' là nguyên tắc mà các công ty Nhật luôn áp dụng, nổi bật nhất là hãng TOYOTA, còn được biết đến với tên gọi 'Phương pháp KAIZEN', tức cải tiến, cải tiến, và cải tiến liên tục.
Trong “The Act of Creative”, Arthur Koestler căn cứ trên luận đề “… tính độc đáosáng tạo không có nghĩa là tạo ra hoặc làm phát sinh một hệ thống ý tưởng từ cái không, mà đúng hơn là từ sự phối hợp những mô hình tư duy từng tồn tại vững chắc thông qua tiến trình trao đổi chéo”. Koestler gọi tiến trình này là bisociation. Như vậy,có thể hiểu bisociation là kết quả từ sự kết hợp những điểm tương đồng bất ngờ để tạo ra những kiểu kết hợp mới.
Nguyên văn: To have a highway.
Analysis Paralysis
Poster: Bảng hiệu, áp-phích minh họa.
Heuristics: Phương pháp giải quyết vấn đề bằng cách đánh giá kinh nghiệm, tìm giải pháp qua thử nghiệm và sửa chữa sai sót.
Nguyên văn: Curiosity kills the cat.
Tan chảy - unfreezeing - là xu hướng con người đi tìm một bối cảnh mà họ cảm thấy an toàn và có thể kiểm soát được.

Bạn có thể sử dụng các giai đoạn hoặc các bước (phần A) và các mức độ tham gia (phần B) để xác định những yếu tố bạn cần chọn từ ba phần còn lại (phần C, D, E).
Là phương pháp do Jiro Kawashita (J K) đề xướng vào những năm 1960. Theo phương pháp này, mọi người trong nhóm sẽ viết ý tưởng của mình ra giấy, tìm các ý tưởng có liên quan, sắp xếp các tờ giấy ghi ý tưởng thành nhóm cho đến khi tất cả ý tưởng đều được phân loại để đánh giá và lựa chọn.
Nhóm chất lượng là một nhóm tình nguyện làm cầu nối với ban giám đốc trong việc đề xuất các ý kiế n, sáng kiế n cải thiện chất lượng công việc, sản phẩm , điều kiện sản xuất nhằm nâng cao hiệu năng hoạt động của tổ chức.
Nguyên văn: No one is as smart as all of us.
Nguyên văn: Attitude is everything.
(*) STEP: _Social – Xã hội, Technological – Công nghệ, Environmental – Môi trường, Politi¬cal – Chính trị; STEEP: _Social – Xã hội, Technological – Công nghệ, Economic – Kinh tế, Environmental – Môi trường, Political – Chính trị ; PESTLE: _Political – chính trị, Environmental – môi trường, Social – xã hội, Technological – công nghệ, Legal – Pháp luật, Environmental – Môi trường.